Pierre Franckh

DOĞRU İSTERSEN OLUR

ELİPS kitap

Elips Kitap / 444

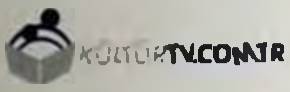
Kitabın Adı / Doğru İstersen Olur
Kitabın Orijinal Adı / Erfolgreich Wünschen
Yazarın Adı / Pierre Franckh
Tercüme / Şule Şenkaya
Baskı / Vesta Ofset İstanbul

ISBN / 978-605-4232-68-0

© Koha-Verlag GmbH Burgrain
© Bu kitabın Türkçe yayın hakları Elips Kitap'a aittir.

2. Baskı Ocak 2010

Yayın Yönetmeni / Ali Burak Topaloğlu
Genel Müdür / Bilge Ekinci
Tasarım / Zelkif Çavuş Kandemir



İnternetten satış:
www.kulturtv.com.tr

ELİPS KİTAP
İlkbahar Mahallesi 571. Cadde
607. Sokak No: 18 Oran-Çankaya / ANKARA
Tel: (312) 490 55 90 - 91
Fax: (312) 490 97 50 - 491 97 90
www.elipskitap.com.tr
e-posta: elipskitap@elipskitap.com.tr

Pierre Franckh

Doğru İstersen Olur!

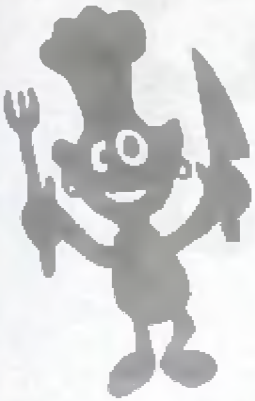
Tercüme
Şule Şenkaya

Ocak 2010

İstemeyi de öğrenmek gerekir.

1. Kural

Hemen başlayın!



Akıl ile ilgili durum:
"Deneye deneye usta olunur."

2. Kural

Doğru formüle etmek

"Ben ...im" prensibi
Mış gibi yapmak
Olumsuzluk ekleri veya korku ile ilgili durum

İsteğinizi yazın
Net, kısa ve doğru formüle etmek

3. Kural

Teşekkür etmek
Doğru istemenin turbosu

İyiyi çoğaltmak
Şimdiki zamana çekmek
Problemleri sadece devredin

4. Kural

Aklı inandırmak

Biraz fizik
Biraz da biyoloji ekleyelim
İnanç cümleleri
İnanç kalıplarını bulmak
İnanç kalıplarını çözmek

5. Kural

Endişelenmek yerine güvenmek

Endişe de çok net bir istektir
Ketumluk

6. Kural

"Tesadüflere" açık olmak

Evren, sevkiyatı
sürpriz yollardan gönderir
Sezgiler

7. Kural

Gerçek, büyük istekleri tespit etmek

Hangi dilekler bana uyar?
Para isteği
Hayal edilen beraberlik
Hayat daha mutlu olacak mı?

İstekler gerçek olur.
Her gün, her dakika, her saniye.
Kendimiz için sürekli bir şeyler isteriz.
Bilerek veya bilmeyerek.
Buna inansak da inanmasak da.
Hatta bunu hiç düşünmediğimiz zamanlarda bile isteriz.

Siz, kendiniz için ne istiyorsunuz ?

Sizin hayatınızda neler gerçekleşmeli ?

Benim hikâyem

Altı yaşındayken, ilk isteğim yerine geldi. Koruyucu meleğime bir not yazmış ve annemin bulmaması için çok iyi bir yere saklamıştım. Dileğim, buna rağmen gerçekleşti. Tam istediğim bisiklete kavuştum. Tam istediğim renkte ve üzerindeki fare kulaklı zili ile.

Dokuz yaşıma geldiğimde, dileklerin gerçekleştiğine artık inanmıyor, bunu biliyordum. En azından benim istediklerim oluyordu. Bir sürü isteğimi kâğıtlara yazmıştım ve hepsi olmuştu. Benim için, mucizelerin inanmakla ilgisi yoktu, zira gerçektiler.

Buna rağmen küçük oğlan çocuğu, bu konuyu teste tabi tutmak istedi. Ne olur ne olmaz. Bu yüzden, "mümkün olmayacak" bir şey denemeliydim, normalde olamayacak bir şey. Böylece, "yukarıdaki varlıklar"dan, bir sinema filminde oynamayı diledim. Bayağı iyi bir rol olmalıydı ve adımı, afişlere yazılmalıydı. İstek kâğıdıma "... Herkesin beni iyice görmesi gerekir." diye yazmıştım. Ve gerçek-

ten, aynı yıl içinde,

filminde başrol oyuncusunun partneri olarak rol aldım. Annem ve babam, bir mucize olduğuna inanıyordu; bense, benden başka kimsenin ciddiye almadığı dileğime inanıyordum.

Bense talebimi gerçekten çok ciddiye aldım, zira isteğim, düşündüğümden daha da doğru gerçekleşmişti. Zira ufak, ama önemli bir hata yapmıştım. Kâğıda, filmde herkesin beni görmesini istediğimi yazmıştım. Duymalarından bahsetmemiştim. Filmin çevrilmesi sırasında rejisör, benim oynadığım roldeki oğlanın, Berlin lehçesi ile konuşan Prusyalı

bir çocuk olmasına karar verdi. Dehşete düştüm, seslendirme yapıldı, yani filmde başka bir sesim oldu. Dileğim yerine gelmişti, sinemada ilk rolümü almıştım. Herkes beni görmüştü, ama maalesef sesimi duymamıştı. Dileği doğru tanımlayamamanın ispatı, daha iyi ve daha acı bir biçimde elde edilemezdi (Bu yüzden, kitabın bölümlerinden birinin tamamını, doğru tanımlamalara ayırdım.).

Bir süre, "yukarıdaki varlıklar"a kızıp durdum. Ta ki onların bu konuda yapacak bir şeyleri olmadığını anlayana kadar. Onlar, benimle aynı dili konuşmuyordu. Benim açımdan neyin iyi, neyin kötü olduğunu bilmiyorlardı. Dünyada işlerin nasıl yürüdüğüne dair tecrübeleri yoktu, sadece benim talimatlarımı yerine getiriyorlardı. O andan itibaren, benim için hiç şüphe yoktu ki:

İstekler,
yerine gelir.

Hem de
tam
istendiği gibi.

Çocukken bunu biliyordum. Çocuk olarak, isteklerimle yakın temastaydım ve tam istediğim gibi gerçekleşmelerini bekliyordum. O zamanlar, ufak "istek kâğıtları fabrikam" çalışıyordu.

Ama çocuk büyüdü ve günün birinde yetişkin gibi hissetmeye başladı. Böylece çocuk, küçükken daha bilge iken, şüpheci ve "gerçekçi" bir yetişkine dönüştü.

Büluğ çağına girerken, bir ara, kendisinden çok, yetişkinlere inanmaya başladı. "Dilemek" kabiliyetini, gittikçe unutmaktaydı. Yetişkinlerin dünyasında, şahsen bir şeyler yapmak, kendisiyle gururlanmak istiyordu; kendi gücüne inanıyor ve başkalarından, özellikle "yukarıdan" gelen yardımları, gülünç ve utandırıcı buluyordu. Küçük oğlan, mucizelerin, hayatına girmesine izin vermekten vazgeçmişti. Hayatı, gittikçe daha zor, daha ciddi olmaya başlamıştı ve sık sık aşılamayacak engellerle karşılaşıyordu. Savaşmaya ve sık sık kendimi başkaları ile mukayese etmeye başladım, çoğu zaman da elimdeki kartların, diğerlerininkilerden daha kötü olduğunu tespit ediyordum.

Dünyanın adil olmadığına kesinlikle inanmıştım:

Yoksa neden bazıları her şeyi başarabiliyorlardı da, diğerleri hiçbir şeyi başaramıyordu?

Yoksa neden bazıları bu kadar "şanslı" iken, diğerlerinin her işi ters gidiyordu?

Neden bazıları inanılmaz iyi iken, diğerleri değildi?

Bu soruların cevabını ve bu sayede hayatımın dönüm noktasını, yıllar sonra, "**Mucizeler**" isimli, küçük, beyaz bir kitap bulduğumda keşfettim. Stuart Wilde, bu kitapta, aynı benim çocukken yaşadığım tecrübeleri anlatıyordu. İstemenin, kendine has bu biçimine, "ısmarlamak" diyor (harika yerinde bir deyim) ve bunun, her zaman ve herkes için geçerli olduğunu iddia ediyordu.

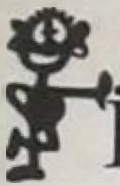
Çok etkilenmiştim. Çocuk olduğum zamanları tekrar hatırlamaya başladım. Stuart Wilde'nin bahsettiği bu mucizeler, o zamanlar olasıydı. O zamanlar, benim emrime amadeydiler.

Ama bunlar, neden sadece bir çocuk ruhunda gerçekleşebilirdi? Neden yetişkinlerde de olmasındı? Belki de hayat, hiç de bu kadar adaletsiz değildi? Belki başarılı insanlar ile başarısız olanlar arasındaki tek fark, kazananların, hiçbir zaman kendilerinden ve arzularından şüphe etmemeleriydi. Sadece, arzu ettiklerinin, aynı zamanda kendi hakları olduğunu da biliyorlardı. Onlar için, hayallerinin gerçekleşmesi normaldi. Düşündükleri gerçekleşiyordu, hem de sürekli olarak. Ancak başka insanlara göre nasıl değişik "düşünebiliyorlardı"?

Başarılı insanlar, şüphe duymazlar ve her zaman olumlu bir biçimde amaçlarına odaklanmışlardır.

Sonuçta, daima bir fark vardır. Birileri, bilinçli ve hedefli isterlerken; diğerleri, bilinçsiz ve koordinesiz ister ve içinde bulundukları durumun yaratıcısı olduklarının farkına varmaz.

Stuart Wilde'nin bu kitabı sayesinde, hayatım tamamen değişti. O günden beri, yaşamımı boyunca, tekrar, sayısız ve doğru isteklerde bulundum ve bunlar gerçekleşti. Ve işe yaradı! Sadece yapmak lazım -hayat, bu kadar basit olabilir- birkaç püf noktası ve birkaç numara öğrenmeli. Zira doğru isterken de bazı şeyler yanlış yapılabilir ve bazı şeyler ters gidebilir.



İstemeyi de öğrenmek gerekir.

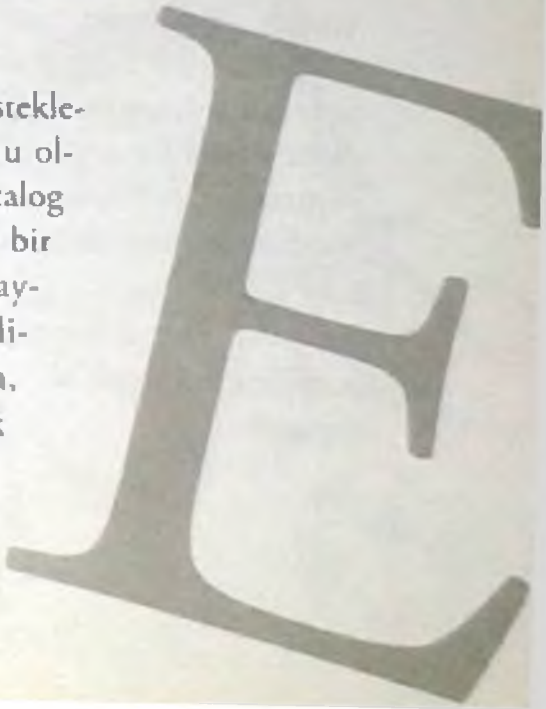
İstekler, yerine gelir. Her gün, her saat, her dakika. Bizim isteklerimiz de. Ve de hepsi. Ancak bu, şüphelerimizin de gerçekleştiği anlamına gelir. Ve kendi yetersizliğimiz ile ilgili düşüncelerimizin de. Zira bunlar da istektir, kasıtlı olmasalar bile. Buna rağmen bunlar da gerçekleşir.

Bu yüzden, kendimi dikkatle incelemeye başladım. Tabii, beni, öncelikle bilinçsiz isteklerim ve bunları nasıl kontrol edebileceğim ilgilendiriyordu.

Beklentilerimiz, hayal kırıklığı getirir, zira hayal kırıklığına uğrayacağımızı bekleriz.

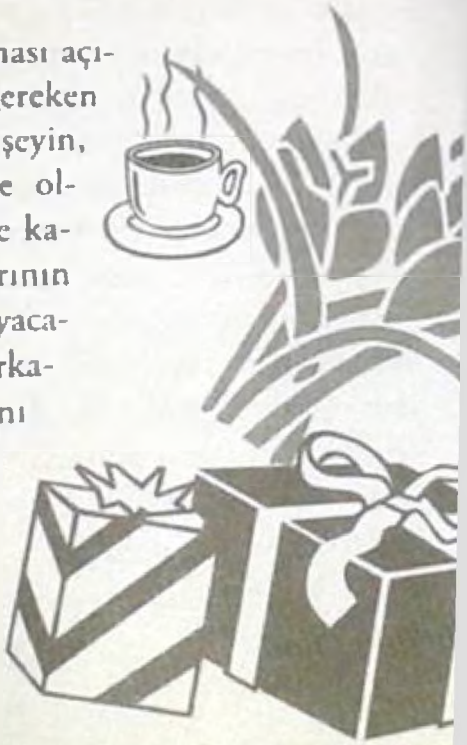
Evren, iyi ile kötü arasında ayrım yapmaz. Sadece yerine getirir. İsteğimizin gerçekleşmesinin, bizim hayatımızı pozitif mi negatif mi etkileyeceği, evreni ilgilendirmez. Evren, haklılık veya haksızlık, iyi veya kötü, pozitif veya negatif tanımaz. Evren, sadece bizim hayal ettiklerimizi gönderir.

Evren? Bu da ne demek? İsteklerimizin gerçekleşmesi konu olduğunda, Evren'i önce, katalog ile ürün gönderen, devasa bir mağaza gibi düşünmek faydalı olabilir. Söz konusu dileklerimiz olduğunda, zaten evrende buna çok benzeyen şeyler olmaktadır. İşlemler yapılır ve ürün gönderilir.



Daha sonra isteklerimizin (siparişlerin) evrene bildirilmesi ile hayatımıza ulaşması arasındaki gerçek fiziksel iş birliği konusuna; yani enerji ile materyal seviyede tezahürü arasındaki bağlantıya tekrar döneceğim. Ancak şu anda söz konusu, doğru ve düzgün biçimde istemeyi öğrenmekse, evrensel bir mağazayı düşünmek yararlı olacaktır. Böyle düşünmek, ayrıca, bunu bir oyun gibi uygulayabilmeye yarar. Oyunların ve kolay uygulanabilen şeylerin daha çabuk gerçekleştiğini bilmek de bir avantajdır.

Kolay ve sıkıntısız olması açısından bilinmesi gereken önemli bir şey de, her şeyin, her zaman emrimizde olduğu ve biz bir şeylere kavuşursak, başkalarının bundan mahrum olmayacağıdır (Tabii, bu, kız arkadaşımın kocasını istediğimde geçerli olmayacaktır.).



Son otuz yıl boyunca doğru biçimde istemek konusunda çok şey öğrendim.

Kendime ve birçok başka insana ait tecrübelerden ve yanlışlardan, arzu ettiğimiz hayatı sürdürmemize yardımcı olacak yedi kural çıkarttım. İsteklerimizi doğru biçimde dile getirirsek, hepsi gerçekleşir. Mümkün olmayanlar bile. Ulaşılamayacaklar bile. Burada etkileyici olan, doğru isteklerde sınırların olmamasıdır. İster para ister ev, araba, eş, iş veya aşk; her şey mümkündür.

Sınır yoktur.

Sınırlamalar, sadece beynimizdedir.

Günlük hayatımızı beynimizde oluştururuz. Ve biz yetişkinler, bunu bilmediğimizden veya bilmek istemediğimizden, kendi yarattığımız dünyamızdan genellikle çok hoşnut değiliz dir.

Ancak bu sınırlamaları nasıl yok edebiliriz, isteklerimizi nasıl doğru tanımlayabiliriz? Gerçekleşmeleri esnasında araya girip düzeltmeler yapmadan ve hatta hiç istenmeyen şeyleri dilemeden, arzularımızı nasıl net ve kesin bir biçimde belirtebiliriz? Ve gelenleri kaçırmamayı nasıl başarabiliriz? Ve korkunç şeyleri hayatımızdan nasıl çıkarabiliriz?

Bunlar yaptığım konuşmalar esnasında bana tekrar tekrar sorulan sorulardır. Sonuçta söz konusu olan, her zaman, tek şu sorudur: Bütün mucizeleri hayatıma sokmayı nasıl başarabilirim?

Arzular gerçekleşir.
Hayatımda neler gerçekleşmeli?

Konuşmalarım sırasında "doğru istemek"ten bahsettikçe, bu konuya ilgi daha fazla arttı. Hatta istemenin değişik biçimlerini duymuş ve bir süre bunları uygulamış kişiler bile, dilekleri tam olarak gerçekleşmediğinden, zamanla pes etmişlerdi.

Şaşırmıştım. Benim ve hayatım için tamamen normal olan şeyler, başkaları için hiç de normal değildi. Ve ben daha çok anlattıkça, daha çok soru oluştu. Bende de. Ben de dinleyicilere, isteklerini nasıl dile getirdiklerini sormaya başladım. O zaman, dileklerinin neden olmadığını ve yanlışların nerede yapıldığını anladım.

Ve bu yüzden, doğru istemek konusunun nasıl işlediği konusunda kitap yazmam için gelen istekler gittikçe arttı.

Beni bu konuda devamlı zorlayanlara çok teşekkür ederim. Siz olmasaydınız, bu kitap da olmazdı.

Bana sevimli bir biçimde gülümseyip "Kitabı yazdığınızı biliyorum." diyen bir bayanı hatırlıyorum.

Şaşırdım ve "Neden?" dedim.

"Ben,
bunu
istediğim için."

dedi.

1.Kural

Hemen başlayın

Doğru istemeyi öğrenmenin en iyi yolu, hemen başlamaktır. Kolay alıştırmalarla. İlk başarılarımızı çabucak görmek isteriz.

Öyleyse ilk başarıları, en hızlı biçimde nasıl elde edebiliriz?

Küçük isteklerle.
Neden "küçük"lerle?

Küçük isteklerde, daha kolay, oyun oynar gibi ve ön yargısız taleplerde bulunabiliriz. Kişinin fazla önem vermediği şeylerde, korku da azdır. Bunları gözümüzde canlandırabilir ve sonra tekrar unutabiliriz, yani serbest bırakabilir, zamanda bir yolculuğa gönderebiliriz. Önemsiz konulardaki isteklerimizin yerine geleceğine daha çok güveniriz, zira bunlara fazla anlam yüklemeyiz. Tam da bu güven, başarılı isteyebilmenin en önemli unsurlarından biridir. Güven, bu konuya inanmayı sağlar.

Başarıya inanmak, başarıyı getirir.

Yani buna sadece inanmak önemlidir. İnanç; istediğimizin, sürekli olarak enerji ile beslenmesinin ana kaynağıdır. Dağları yerinden oynatan, her zaman inançtır.

Akıl ile ilgili durum

Buna karşılık aklımız, mantıklı açıklamalar ister ve bu yüzden, bütün bunların olamayacağı konusunda bizi ikna etmeye çalışır. Henüz daha iyisini bilmiyordur. Ama her yeni ve olumlu tecrübe ve bunun sonucunda yaşanan her olay, aklımızı da başarılı bir biçimde, isteme kabiliyetimiz olduğuna ikna eder. Sonuçta, aklımız, müthiş bir öğrenme kabiliyetine sahiptir. Ancak sadece öğrendiğini ve anladığını bilir. Diğer bütün şeyleri kabul etmez ve edemez de.

Bu nedenle akıl, mucizeler konusundan yükümlü değildir. Hatta neredeyse tüm mucizeleri engellemeye çalışır. Onun dünya görüşüne uymayan şeylerin olması mümkün değildir. Bu sebepten daha sonra -akıl ile ilgili bilimsel açıklamalara dayanarak- arzuladıklarımızın, sadece yerine gelebileceğini değil; aksine, her zaman ve istisnasız yerine geldiğini anlatacağım. Sonraları da aklımız yine şüphelenmeye başladığında, ona, bunlarla itiraz edebiliriz.

Öncelikle şunu açıklığa kavuşturalım: Büyük mucizeler de aynen böyle gerçekleşir; zira arzumuzun büyük mü, küçük mü olduğu, evrenin umurunda değildir.

Bir şeyin olmasına izin veren veya buna engel olan, hep bizim düşüncelerimizdir.

Ancak bizim hayallerimiz o kadar karmaşıktır ki, arzularımızın gerçekleşeceğine inanmaz ve bilinçaltımızda büyük şeylerin olmaması için uğraşırız. Daha küçük "Mucizeler" ise, "Kör bir tavuk bile, ara sıra bir buğday bulur." deyiminde olduğu gibi, bazı tesadüfi durumlarda, belki olabilirler diye düşünürüz.

Ancak ilk küçük "mucize"den sonra, bir küçük mucize daha için cesaretimizi toplayabiliriz. Ve belki de bu, artık mucize değil; bizim siparişimizin evren tarafından yerine getirilmesidir. Dördüncü ve beşinci mucizeler artık teyit sayılır. Aklımız, artık kendisinin açıklayamacağı bir şeyler olduğu gerçeğini kabul eder. Bu durumu kabullenir ve yeni bir konsept hazırlar. Ve birdenbire yeni dünyayı kabul etmeye başlar; zira başarılı bir biçimde istemek, aklın kabul edeceği bir şeydir: İstekleri göndermek ve gelenleri kabul etmek. Zamanla, kendisini de yaratıcı olarak görür.

Ve birdenbire en büyük fiziki kanuna inanmaya başlarız:

Enerji, dikkate itaat eder.

Sonra akıl, "Eğer bu doğruysa, daha büyük isteklerde bulunmaya da cesaret edilebilir." der. Tabii ki. Ancak aklımızı, gerçekten buna inandırmamız önemlidir. Ve bunun en kolay yolu, küçük isteklerimizden geçer. Bu esnada dikkat etmemiz gereken tek şey, ısrarcı olmamızdır. Vazgeçmeden.

Bu yüzden, küçük bir test sürecine başlarız. Zira ihtiyacımız olan, aklımıza gösterebileceğimiz bir başarı öyküsüdür: "Gör bak, oluyor." İhtiyacımız olan, elle tutulabilen bir şeydir. Bu sayede, zaten işe yaramayan eski inançlarımızdan kurtulabiliriz.

"Deneye deneye usta olunur."

Ayrıca, bilinçli olarak doğru istemek sanatında daha acemiyiz. Kendimizi çırak olarak görelim. Mesela bir kuyumcu çırağı, işe, ilk olarak, değerli bir pırlanta kolyenin yapımı ile başlamaz. Amacının bu olduğunu bilir. Kalfalık döneminin son zamanlarında, işi için gerekli olan kıymetli malzemeleri kullanabilir.

Bu, bizim de amacımızdır. Hem büyük hem küçük

arzularımızı kolayca dile getirebilmeyi ve dilediğimiz sonuca ulaşmayı istemekteyiz. Bu yüzden, önce küçük isteklerle denemeler yapmalı ve bu konuda tecrübe kazanmalıyız. Tecrübe kazanmak demek, aynı zamanda, "hata yapmak ve bunlardan ders çıkarmak" demektir. Aynen benim, sinema filminde rol almayı istediğim gibi. Öyleyse, başarısını çabucak görebileceğimiz şeyleri deneyelim.

Park Yeri Rezervasyonu

Mesela, hep başkaları bizden önce kaptığı için, hiçbir zaman bulamadığımız meşhur park yeri ile başlamaya ne dersiniz? Bunun iki faydası var.

1. Fayda

Park yeri alıştırması, en kolayıdır. Zira eğlenceli karakteriyle, tehlikesi ve şu ana kadar inandıklarımıza muhalif bir yanı yoktur. Doğru istemek metoduyla bir park yeri bulursak, bu, bütün düşünce sistemimizin yıkılmasına neden olmaz. Bunun önemi de,

kendisini "Düşünce Şefi" olarak nitelendiren aklımızın, itibarını tehlikede görüp aksini ispata çalışmaya başlamamasıdır.

Ancak bir park yeri, daha ziyade bir eğlence, bir oyundur. Gerçekleşse bile, bu, henüz hiçbir şeyi ispatlamaz.

2. Fayda

Ayrıca, bir park yeri, "Bu, bizim hakkımız değil." diye düşünebileceğimiz kadar büyük bir şey de değildir. Daha büyük şeylerde, durum daha farklıdır. Bizim için çok önemli olan şeylerde şüpheye düşeriz ve böyle harika bir şeye hakkımız olmadığını düşünerek, bunun olmayacağına çabucak inanırız. "Bunun için yeterince güzel, akıllı, zengin veya zeki değilim." gibi.

Ama bir park yeri temin etmenin, eğlenceli ve çok ciddiye alınmayacak bir karakteri vardır. Ve biz, tam da bundan faydalanmak istiyoruz.

Şimdi bu nasıl olur?

Benim Park Yeri Siparişim

Evden ayrılırken kısa bir ricada bulunurum. Muhatap partner olarak, burada, park yeri meleklerinin olduğunu varsayarım. Tabii, "Sevgili Kâinat" veya "Sevgili Evren" veya "Sevgili Dilek Enerjisi" de diyebilirdim.

Ne demek istendiği, aslında önemsizdir; önemli olan, çalışmasıdır. Benim en çok sevdiğim, meleklerdir. Onları daha şahsi ve yakın bulurum. Hangi muhatap partneri seçerseniz seçin, önemli olan, alay etmemek, şüphe duymamak ve aptallık olarak nitelendirmeden doğru istemektir. Bir park yeri istemekteyiz ve bu, bizim ilk denememizdir. Deneme süreleri içinde alışılmadık şeyler de yapılabilir.

"Şimdi, sevgili park yeri meleği! Benim ... sokağında bir park yerim var. Bu yer, benim için öngörülmüştür. Tam oraya vardığımda, benim için hazır olacaktır."

Ancak böyle bir isteği, oraya varmadan çok kısa bir süre önce söylemeyin, evrenin de biraz zamana ihtiyacı vardır. Yani en iyisi, evden ayrılırken isteğinizi söyleyin.

Ve!!! Oluyor!!!

Bugün, buna inanmak istiyoruz. Bugün, düşüncelerimizin gücünü test ediyor ve hayatın ne kadar basit olduğunu görüyoruz. Oraya giderken, bu konu hakkında gerektiğinden fazla düşünmemeliyiz. En iyisi hiç düşünmemek. Zira henüz doğru istemek konusunda deneyimli değilsek, her şeyin iyi olacağından emin olmak yerine şüpheler ortaya çıkar.

Gündelik hayatımızda ise arabamızla hedefimize ulaştığımızda mucize gerçekleşecektir. Tam istediğimiz yerde, ya boş bir park yeri vardır ya da tam o anda birisi, oradan çıkıp gidecektir.

Michaela ve benim doğru istediğimizden beri, park yeri arama problemimiz olmadı. Onlarca yıldan beri! Hatta artık ricamızı laf arasında söylüyoruz, zira iletişimimizden ve isteğimizin yerine ulaştığından eminiz.

Hatta ben, bazen boş park yerini göremiyorum ve "yukarıya" soruyorum veya bir işaret gönderilme-

sini istiyorum. Bu da işliyor. Ya birisi kornaya basıyor ya da birisi, benim dikkatimi o tarafa çekecek bir davranışta bulunuyor.

Ama her zaman, her şey kusursuz olmuyor. Bazen biz de talepte bulunmayı unutuyoruz ve her yerin park etmiş arabalarla dolu olduğunu gördüğümüzde çok gülüyoruz. O zaman, Michaela'ya hep "Geç ısmarladın galiba?" diye soruyorum. Cevap da hep aynı oluyor: "Ben, senin ısmarladığını sanmıştım."

O anda doğru istemek ile insanın her şey için mücadele etmesi arasındaki fark, yeniden, çok netleşir.

Evren ile iş birliği yapmak, tek başına mücadele etmekten çok daha kolaydır.

Öyleyse her zaman, kullanımımıza hazır olan bu gücü kullanalım. Söz konusu, park yeri gibi çok basit bir şey olsa bile.

Michaela ve ben, günlük hayatımızı, bu küçük isteklerle o kadar çok kolaylaştırıyoruz ki, artık bu

durum bize çok tabii geliyor. Sadece bu küçük "mucizeler"i yazarak bir kitabı doldurabiliriz.

Bitki arayışımız

Mesela, birkaç yıl önce, güzel evimiz için bitki istiyorduk. Tabii çok büyük olmalıydılar. En iyisi, tavana kadar uzanmalıydılar. Alışveriş merkezlerine, bitki satan dükkânlara ve ağaç yetiştiren okullara gittik. Ama arzuladıklarımızın, maddi durumumuzun çok üstünde olduğunu fark etmemiz uzun sürmedi. Büyük, gelişmiş palmiyeler ve diğer bitkiler, birer servet fiyatındaydı. Güzel saksılardan hiç bahsetmeyeyim.

Yani bize tek bir şey kalmıştı: İstemek. Teşekkür etmek ve güvenmek.

Daha bir hafta geçmişti ki, telefon çaldı. Bir arkadaşımız, onunla birlikte gitmeyi isteyip istemediğimizi soruyordu. Büyük bir firma, iflas nedeniyle mobilyalarını satacaktı. Büro mobilyası istemiyorduk aslında, ama arkadaşımızın bize ihtiyacı olabilirdi.

Büro binasına girdiğimizde, her şeyi anlamıştık. Devasa ve harika saksıların içindeki çok büyük bitkiler, bize gülümsüyorlardı. Ve kimse onları istemediği için, iflas yediemini tarafından, neredeyse hediye denilebilecek bir fiyata bize verildi. Bir kamyon tuttuk ve aynı gün bitkilerimizi eve götürdük. Bitkilerimiz o kadar büyüktü ki, önce onlar için evde yer açmak zorunda kaldık.

Bu türden başka küçük dilekler arayın. Bunlarla başarıya ulaşın. Kendinizi ve aklınızı ikna edin, güven kazanın. Ondan sonra, çekinmeden büyük isteklerle ilgilenebilirsiniz. Sadece deneyin. Önceleri kendi kendinizi gülünç bulsanız bile. Ayrıca, sadece aklınız sizi gülünç bulur. Ama aklınız, "mucize"leren s o r u m l u değildir.

2.Kural

Doğru formüle etmek

"Ben ...im" prensibi

İstekte bulunurken tekrar tekrar yapılan en büyük yanlış, seçilen kelimeler yüzünden, niyet edilenden çok farklı bir isteğin evrene gönderilmesidir. Çok iyi niyetli olunsa da, amaca yaklaşılamamaktadır. Hatta tam tersi olur. Genellikle istekler, öyle bir formüle edilir ki, içinde bulunulan mutsuz durum, iyice sabitlenir.

Mesela çok para istendiğinde, "Ben, zengin olmak istiyorum." şeklinde bir emir cümlesi kurmak, çok yanlıştır. O zaman elde edilen şey, "Ben zengin olmak istiyorum." durumudur. Bu durumu zaten biliyoruz. Bu durum "birşey istemek" ve "sahip olmamak"tır. Bu şekilde, sadece eksiklerimizi güçlendiririz.

"Bir şey istemeyi" değil,
"Bir şey olmayı" seçin.

Bu nedenle, doğru formül şöyle olabilir: "Hayatımda zenginliğe hazırım." veya "Ben, zengin ve mutluyum." veya "Benim için ayrılmış bir para zaten var ve hayatıma gelmek üzere yolda."

Doğru cümlemiz, "Ben zenginim."dir. Yani "Ben, zengin olmak istiyorum." değil.

Mutlu bir beraberlik istediğimizde, "Hayatımda doğru partnerin olmasını istiyorum." veya "Doğru partnere rastlamak istiyorum." şeklinde dileklerde bulunmamalıyız. Böyle yaparsak her şey eskisi gibi kalır. Evren, bizim bir şey istediğimizi anlıyor ve "isteme" durumunu gönderiyor. Evren, şimdiki zaman ile gelecek arasında fark görmemektedir. Bizim düşündüğümüz ve hissettiğimiz gönderilecektir. Arzularımızı kelimelere dökmek açısından, bunun anlamı şudur:

Her zaman, şimdiki zamanı
kullanarak dileyin;
gelecek zamanı değil.

"Mutlu olmak istiyorum." cümlesi, bize, tam olarak "istemeyi" sağlar. Biz, istemeye devam ederiz. Evren, bizim arzumuzun, bir şey istemek olduğunu zanneder. "Ben mutluyum." cümlesi ise bize, ulaşmayı istediğimiz durumu getirir.

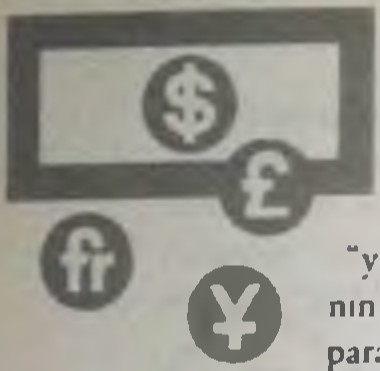
"Aşkı kabul etmeye açığım ve hazırım." cümlesi, kapıları açar. Aramak son bulur. "Doğru partnerin, zaten mevcut olduğunu ve şimdi hayatıma girdiğini biliyorum." cümlesi, istenilen kişiyi hayatımıza sokar.

Mış gibi yapmak

Yeni bir dolap mı istiyoruz, eskisini boşaltıp birilerine göndermek veya alınmasını sağlamak, en iyisidir. İsteğimizin işleme konulduğunu varsaymaktayız. Dolabı şimdiden "aldık". Yani dolap, zaten mevcut ve yeni dolabın oturma odamıza yerleşmesi, sadece bir zaman sorunu.

Mış gibi yapmak, evreni, harekete geçmeye zorlar. Hayal gücümüzdeki isteğimiz ne kadar belirgin ise, evren, düşünce ile hakikat arasındaki garip farkı, o kadar çabuk eşitlemek zorundadır.

İstediğimiz şeye
artık sahibiz demektir.



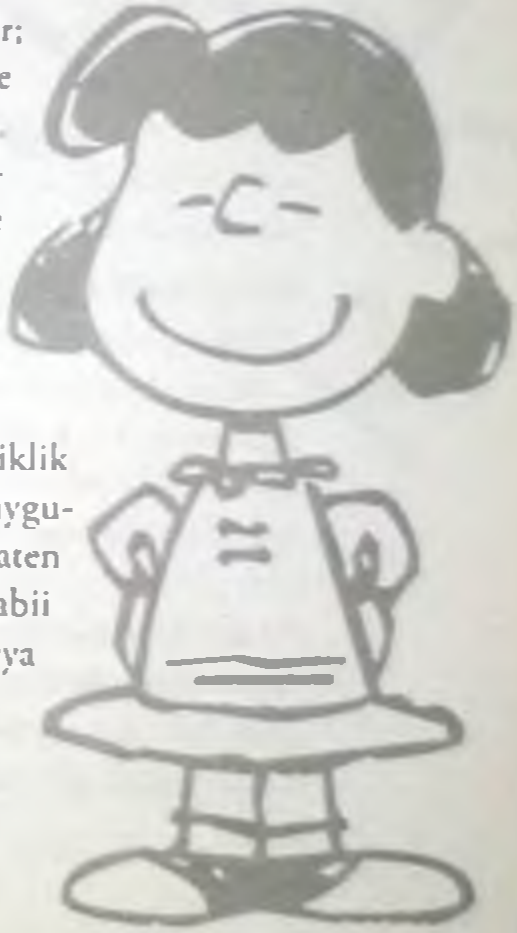
Böylece isteğimizin baskısı artar. Gönderilen enerji o kadar güçlüdür ki, siparişimiz işleme koyan "yetkilinin" halledilecekler yığınının en üstünde durur. Konunun dolap, para veya yani bir partner mi olduğu önemli değildir.

Ne kadar çok zaten zenginmişiz gibi ya da istediğimiz partnere sahipmişiz gibi yaparsak, sürekli ve inanılmaz güçlü bir enerji gönderdiğimiz için, dileğimiz, o kadar çabuk gerçekleşir. Olayı tam anlamıyla hayatımıza çekeriz.

Bunun anlamı; zengin olmayı istediğimizde, önceden, çok para harcamamız ve banka hesabımızı boşaltmamız değildir. Daha ziyade, kendimizi zengin gibi hissetmemizdir. Zenginlik, hayatımızın bir parçasıdır artık.

Arzularımızı, sanki zaten olmuşlar gibi yaparak, daha da güçlendirebiliriz. Mış gibi yapma durumu neden bu kadar önemlidir? Çünkü bundan sonra gelecekler konusunda pozitif düşünürüz ve kendi beklentilerimiz bu yönde olur.

Bunun dışında, şüphelerimiz azalır ve duygusal olarak, bu durumun, bizim için ne kadar güzel olacağını fark ederiz. Aynı zamanda, aklımıza da itirazlar üretmesi için az yer bırakmış oluruz. Ne zaman isteğimizin mümkün olamayacağı konusunda bizi ikna etmeye çalışsa, karşısında, bizim başımıza gelecekler konusundaki neşemizi ve yaşam sevincimizi bulacaktır; yani "Bunlar olduğunda böyle hissedeceğim." duygumuzu. Heyecanlarımız, gittikçe aklımızın itirazlarından daha güçlü ve yoğun olacaktır.



"İyi hissetmek" sayesinde arzumuz güçlenir ve kolay kolay sarsılmaz. Ama öncelikle eksiklik duygumuz, varlıklı olmak duygusuna dönüşür. Ne istiyorsak o zaten bizim sayılır, çünkü bu, en tabii hakkımızdır. Artık duygusal veya maddi fakirlik yaratmayıp her olayı veya her karşılaşmayı, bizi, arzuladığımız şeylere yaklaştıran bir şey olarak algılarız.

KORKU

Arka planında çokça korku barındıran isteklere dikkat etmeliyiz. Korku, dev bir mıknatıs gibidir.

Korkular, tam da engel olmak istediğimiz olayları çekerler.

Korku dolu düşünceler, oldukça fazla duygu yüklüdür. Bu yüzden, olağan dışı bir enerjiye sahiptirler. Ayrıca, korktuğumuz şeylerle çok yoğun ilgileniriz. En kötü sahneleri, en ufak ayrıntısına kadar hayal eder ve bu hayali tekrar tekrar gözümüzün önüne getiririz.

Bu olaylardan korkmamıza rağmen, bunlarla, hayatımızdaki güzel şeylerden daha fazla ilgileniriz. İyi olsak bile, her şey yolunda gitse bile, hayatımızdaki harika şeyleri görmez, bunaltıcı korku enerjisine dalarız.

Ama enerji, her zaman dikkatimizi takip eder. Bunun anlamı, ilgilendiğimiz konularla ilgili olayları hayatımıza çekmemizdir.

Ama olmasını istemediğimiz şey, tam da budur. Tam da korkunç şeylerden kaçınmak isteriz.

Kaçınmak istediğimiz şeyleri hayatımıza çekeriz.

Korkuya dayanan bir isteğimiz olduğunda, aslında bir şeylerden kaçınmak istiyoruz demektir. Ne kadar pozitif ifade etmeye çalışsak bile, bunun arkasında, gerçekte, mutlaka "... böyle olmasını istemiyorum." veya "... bunu istemiyorum." şeklinde düşünceler vardır.

Ama Evren, "-ma, -me" gibi olumsuz ekleri tanımaz. Olumsuzlaştırmalarla ne yapacağını bilemez. Aynı zamanda, bir şeyden kaçınmak isteğini, yani bir şeyi yapmamayı istemeyi de anlamaz. Böyle bir istek, neredeyse, bizim aslında istediğimizin tamamen aksine gelişir. Zira evren, "-ma, -me" eklerini sipariş formundan çıkartır ve tam da bunu istemişiz gibi isteklerimizi gönderir.

"Ben, hasta olmak istemiyorum.", "Ben, hasta olmak istiyorum." istek enerjisini çağırır. Bu neden böyledir?

Biz, bir şeyin olmamasını oluşturamayız. Biz, her zaman bir şey oluşturabiliriz; yani hiçbir şeyin olmasını sağlayamayız. Sadece "bir şeyin oluşmaması" bile istenilmeyeni getirir. Sadece evrenin olumsuzluk eklerini silmesi değil (aynı zamanda nasıl "bir şey olamamak" sağlanabilir ki?), ayrıca bu isteğin arkasında sağlıklı olmaktan çok, hasta olmak korkusu yatmaktadır.

Yani bir şeyden kaçınmak olmuyor. Ama bunun karşıtının oluşmasına izin verebiliriz. Bu da pozitif isteklerle uğraşmamız demektir. "Yukarıda" doğru anlaşılabilecek talimat, "Ben sağlıklıyım."dır. Bu talimat, basit ve nettir. Bu isteğimizle de sağlığımızla ilgilenmiş oluruz, hastalık ile değil.

Dürüst olalım. Her gün kaç tane bu tür negatif istek düşünüyor veya konuşuyoruz? "İşsiz kalmak istemiyorum.", "Ölmek istemiyorum.", "Kaza yapmak istemiyorum.", "Terk edilmek istemiyorum.", "Fakir olmak istemiyorum."

Bu tür düşünceler üzerinden, negatif görüşlerimizle ilgileniyor ve bu enerjileri yayıyoruz. Ve bu yüzden, "yukarıya" nelerin ulaştığını artık biliyoruz.

Doğru formüller, "İşim var.", "Mutlu bir ilişkim var.", "İhtiyacım olan her şeye sahibim." olmalıdır. Belki içinizden birileri, artık bazı isteklerinin niçin yanlış gerçekleştiğini de anlamıştır. Aslında hiç de yanlış gerçekleşmemiştir. Teslimat, çok çabuk ve doğru yapılmıştır. Sadece istek formu yanlış doldurulmuştu.

İsteğinizi yazın

Böylece isteğiniz güçlenir. İsteğiniz, ilk defa, fiziksel olarak bedeninizden çıkmış olur. Sadece bu yüzden bile güç kazanır. Birdenbire ciddi oluruz. Henüz tam olarak inanmasak da spekülasyon ve hayal mekanlarını terk ederiz.

Eğer yazarsak, isteğimizi açığa çıkarmış oluruz. İsteğimiz, o andan itibaren, maddeleşmiş olur. Artık dileğimiz kesinleşmiştir. Sarsılmaz, net ve kesin.

istiyorum

"İstemek" konusunda, özellikle "acemi" iken, talepler, yazılı olarak tespit edilmelidir. Daha sonraları rutine alışıldığında ve güven duygusu sabitleştiğinde ve yeterince başarı hikâyemiz olunca, bazen yazmaktan imtina edilebilir. O zaman, siparişlerimizi ayaküstü de verebilir veya yukarıya doğru bir bakış atabilir veya içimizden nasıl gelirse, öyle yapabiliriz.

Ancak böyle ayaküstü verilen siparişlerin sakıncası, günün birinde artık neler istediğimizi hatırlayamamaktır. Ve er veya geç tümünü göremez duruma geliriz.

Ayrıca, hep kesin bir şey istemez, bazı isteklerimizden de sürekli vazgeçer veya bunları tekrar değiştirir, yeniden ister, sonra da bambaşka bir biçimde isteriz. Çoğu zaman, tam öyle kastetmemişizdir; bir an için, bir şeyi öylesine istemiş, biraz sonra yine başka bir şey dilemişizdir. Evren için bunların hepsi birdir. Ne istenirse, o gönderilir; belki bizim, artık buna ihtiyacımız bile kalmadığı hâlde. Ve birdenbire, karmakarışık isteklerimizle başbaşa kalırız ve hayatımızın gidişatı hakkında bakış açımız yoktur. O zaman, etrafımızda sayısız, çeşitli ve birbirine ters

düşen olaylar gelişir ve tüm bu kaosun içinde, bunların hepsinin yaratıcısının kendimiz olduğunu anlayamayız. Buna, bir de bizim aslında gerçekten istemediğimiz şeyler eklenir.

Ve o anda, hiç de olmak istemediğimiz bir yerde oluruz: Bazı şeyler olur ve bunları kimin istediğini bilemeyiz.

Yani ilk dileklerimizi bilinçli bir biçimde gerçekleştirmeliyiz. Ve yazarak, bunlara yön ve önem vermeliyiz.

En azından, başlangıçta küçük bir tören hazırlamanızı da tavsiye ederim.

Arzum, onunla ilgilenecek kadar önemlidir.

Bu yüzden, özel bir zaman ayarla. Bunun için zaman ve huzur yarat. O anda hayatına yön vermektesin. Belki güzel bir müzik çalıp birkaç mum yakar veya tamamen sessiz kalabilirsin. Önemli olan, gevşeyebilmendir.

Gevşediğimizde, hayat çok daha hoş görünür ve is-

teklerimiz çok daha olumlu tasarlanabilir. Ve olumlu düşünceler, istek enerjimiz için bir katalizör görevi yapar. Bunun neden böyle olduğu konusuna daha sonra tekrar değineceğiz.

Artık arzunu kendine göre net olarak tanımladıysan, olacağına dair derin bir inançla, bunu bir kâğıda yaz.

Kâğıdı katla ve özel bir yere kaldır. Bu, güzel bir yer olmalı. Zira bu yerin seçimi, isteğimizin, bizim için ne kadar önemli ve "kutsal" olduğunu gösterir. Bu yer, gizli ve yabancı gözlerden uzak olabilir. Önemli olan, siparişini verdiğimiz arzumuzun gücüne inanmamızdır ve bu güç, küçücük bir kâğıt için seçtiğimiz yere göre artar.

Bir kâğıda, bir karta veya günlüğümüze yazmamızın, başka bir faydası daha vardır. Aklımıza sunabileceğimiz güzel bir delil!

Zira kısa bir zaman sonra, ne yazdığımızı artık tam olarak hatırlamayız. Arzumuzu genel anlamda hatırlarız, ancak hatırladığımız kelimeler değişikliğe uğrar. Bunda şaşılacak bir şey yok; zira her gün, sa-

yısız yeni etkiler alırız. Biz değişiriz, düşüncelerimiz değişir; buna bağlı olarak, gerçeği, düşündüklerimizi ve umduklarımızı ayırt edemeden bir karışım sergileyen hatıralarımız da değişir.

İsteğimiz yerine geldiğinde ve asıl siparişimizi tekrar okuduğumuzda, çoğu zaman şaşırtıcı sürprizlerle karşılaşırız. Hayretler içinde, isteğimizin, yazılı talimatımıza ne kadar da uygun oluştuğunu tespit ederiz.

İsteklerin yazılmaması durumunda ise, sık sık, çözülmesi zor bulmacalarla karşılaşırız. En azından ben, bunları yaşadım. İsteklerim tam olarak yerine gelmiş olsa bile, bunları yazılı olarak saklamadığımdan ve mutluluktan hangi kelimelerle istediğimi hatırlayamadığımdan, ne yapacağımı bilemezdim.

Hediye paketi geldi,
ama açılamıyor.

On yıl kadar önce, "Ve Bu Daha Başlangıç" isimli sinema filmini çevirdikten sonra, neredeyse iflas etmiştik. Bütün paramızı kendi prodüksiyon şirketimize yatırmıştık. Film çok beğenilmesine rağmen, yeterince para getirmemişti. Ayrıca Michaela ve ben, ufak bir ücret karşılığı oynamıştık; yani filme faydası olması açısından, rolümüzün karşılığı olan ücretin büyük bir kısmından imtina etmiştik.

Tüm maddi imkânlarımızı sonuna kadar kullandıktan sonra, şirketimizi kapatmak zorunda kaldık ve artık maddi geleceğimizi göremez durumdaydık. Bunu, daha da dramatik söyleyebilirim: Her şeyimizi kaybetmiştik ve acımasız bir biçimde, yeni bir başlama noktasına dönmüştük. Durum, gerginden de beterdi. Henüz benim kitap yazarlığımdan geçinemezdik ve son birikimlerimiz de tahminlerimizden daha çabuk azaldığında, bende panik başladı ve sıkıntılarımın hepsini Michaela'ya anlattım. Ona, durumumuzla ilgili en kötü senaryoları çizdim ve korku dolu ümitsizliğimle çok inandırıcıydım. En azından ben, kendimi inandırıcı buluyordum. Michaela'ya hemen yanlış anlaşılmayacak bir biçimde, ya oyunculuğa başlamamız ya da pahalı evimizden vazgeçmemiz gerektiğini

söyledim. En iyisi, mümkün olan en kısa zamanda, küçük bir eve taşınmamız olacaktı. Ancak bu şekilde, ben yazarlıktan ilk parayı kazanana kadar, tüm giderlerimizi makul bir çerçevede tutabilirdik.

Michaela, sadece gülümsedi. Ve Michaela gülümsediğinde, onun istediği hiçbir şey reddedilemez. En azından ben yapamam. Michaela gülümsediğinde, ruhu gülümser ve her şeyin yolunda gideceğini anlarsınız.

O anda, benim teklif ettiklerimden hiçbirinin kabul edilmeyeceğini de anladım.

Michaela için ise mümkün olan tek çözüm, evrene, başarı garantili bir sipariş vermekti. Michaela, bunu on bir yaşından beri yapmaktaydı ve onun en harika huyu, hemen hemen hiçbir şeyden korkmamasıydı. Zira hayatında -tabii ki benden başka- sağlam bir müttefiki daha vardı: Evren.

Michaela ile ben ilk karşılaştığımızda, iki aktif "isteyici" karşılaşmış oldu. Ve ne zaman ikimizden biri "aşağıya" inse, diğeri, onu hemen yukarıya kaldırır ve karşılıklı olarak birbirimize "istek gücümüzü"

kullanmaktan başka bir şey yapmaya gerek olmadığını hatırlatırız.

Michaela, o akşam, gülümseyerek tek anlamlı çözümü önerdi. Sadece, doğru biçimde istememiz gerekiyordu.

Hiçbir şey yürümediğinde, istemek hep mümkündür.

8Tabii ki. Bunu nasıl unutabilirdim? Michaela'nın yaydığı güven sayesinde, kaybettiğim asıl inanç duyguma tekrar kavuştum.

Eğer kitap yazmak, benim "işim" ise, evrenin, benim maddi güvencemi sağlaması gerekirdi. Yani siparişimin kabul göreceği ve hemen yerine getirileceği, büyük bir ihtimaldi. O zamanlar, isteklerime karşılık, geçerli bir sebep göstermem gerektiğini düşünüyordum.

Ne kadar paraya ihtiyacım vardı? Bu para ile ne kadar yaşamamız gerekecekti? Güzel bir rakam ne olabilirdi? Şirket yüzünden ne kadar para kaybetmiştik? Rejisör ve senarist olarak, payıma düşen pa-

ranın ne kadarından vazgeçmiştim? Bu para ile en az bir yıl, sıkıntı çekmeden yaşayabilmeliydik ve bu miktar, filmde almaktan vazgeçtiğim tutar kadar olmalıydı.

Az bir zaman sonra, 80.000 DM miktarını buldum. Ama güzel dediğim rakam, 77.777 DM olabilirdi. Sonunda, isteğim netleşmişti.

Peşinen, dileğimin gerçekleşmesine teşekkür ettim, paranın geleceğinden emindim ve artık bu konu hakkında düşünmeyecektim. Böylece, şüphelerin oluşmasına da meydan vermeyecektim. İsteğim, gücünü ve enerjisini muhafaza etmeliydi.

Birkaç hafta sonra, ikimiz, Düsseldorf'da yapılacak bir UNESCO galasında, yardım amaçlı piyango biletleri satmak üzere davet edildik.

Her zaman olduğu gibi, biz de birkaç bilet aldık. Ama o akşam, biletlerimize bir şey çıkmadı. Bir kitap, bir saç kurutma makinesi veya ufacık bir CD bile yoktu. Tüm hediyelerin çekilişi yapılmış, en sona, büyük ikramiye olan, gıcır gıcır bir Jaguar kalmıştı.
Birdenbire ve tam dev çekiliş küresi son defa dön-

meye başladığı an, isteğimin gerçeğe dönüşeceği zamanın geldiğini anladım. Bu, muhteşem bir andı. O anda, evrenin ve onun tüm hediyelerinin bilincindeydim. O saniye, dileğimin yerine geldiğini biliyordum. Minnettardım, bütün ile bir olmuştum, kekeliyordum: "Aman Tanrım, şimdi oluyor!" ve Michaela, çaresiz bir biçimde bana bakıyordu. Tüm bunlara ve önceden hissetmeme rağmen, akşamın moderatörü olan Kai Pflaube, benim biletimin numarasını okuduğunda, ben de aynı Michaela gibi çaresiz bir durumdaydım. Sahneye çıktığımda, Kai da o kadar şaşırmıştı ki, biletimin numarasını defalarca kontrol etti. Ancak hiç şüphe yoktu: Akşamın en büyük ikramiyesini, 111.000 DM değerindeki Jaguar'ı, ben kazanmıştım.

Şimdi sıra, bu arabaya karşılık ne kadar para alabi-

leceğimizi kararlaştırmaya gelmişti, çünkü Michaela da ben de bu arabayı kullanmayacağımızı biliyorduk. Arabanın satışından gelecek para, benim bundan sonraki yazarlık hayatımı güvenceye alacaktı. Tanınmış bir araba galerisi, satışı üstlendi ve fiyatı 104.000 DM olarak tespit etti.

Bir hafta geçti, bir hafta daha geçti ve sonra bir hafta daha. Araba satılmadı. Müşteri çoktu, ama hepsi bizim arabanın yanından geçip aynı model arabadan ve esas fiyatından satın alıyorlardı.

Üç hafta sonra, fiyatı 99.000 DM'a indirdik. Araba galerisi pek mutlu değildi. Kendi kendilerinin fiyat politikalarını bozmaktan korkuyorlardı. Ama sonunda, benim baskılarıma dayanamadılar. Bir hafta geçti, ikinci bir hafta daha, araba satılmadı.

Uzun didişmelerden sonra fiyat, bir daha, 88.000 DM'a indirildi. Boşuna. Araba satılmadı. Buna, hiçbirimiz bir anlam veremiyorduk. Araba düşeşti, müşteri az değildi, ama hiç kimse, galerinin tam girişinde duran bu arabayı satın almak istemiyordu, 85.000 DM'a indiğimizde de.
Michaela ve ben, artık dünyayı anlayamaz olmuş-

tuk. Dilediğimiz para gelmiş, gözümüzün önünde duruyor, ama bize nasıl kavuşacağını bilemiyordu. Aslında çözüm, mutlaka çok basit olmalıydı. Sonuçta şimdiye kadar hep "doğru istemiştik ve olmuştu". Arabadan gelecek kazanç da bunu yeterince ispatlıyordu. Buna rağmen, burada neyin yanlış olduğunu anlayamıyorduk. Dingin bir biçimde oturduk, içimize dönüp sorduk. Birdenbire bir ışık yandı. Durumu anlamadık. Ancak akıl, doğru gerçekleşen bir dilek karşısında, çok nadiren yardımcı olabilir. Doğru yolu gösteren, genelde sezgilerdir. Cevap, hem mantıklı hem de aydınlatıcıydı. Filmimiz çevrilirken imtina ettiğimiz miktarın tazmin edilmesini istemiştim ve bu para ile bir yıl boyunca geçinebilmeliydik.

İstediğim miktar, 80.000 DM civarındaydı. Yoksa değil miydi? Sonra, ama tabii ki hatırladım. Tanrısal 7 rakamının tekrarı çok hoşuma gitmişti. Yani isteğimi, tam 77.777 DM olarak bildirmiştim.

Hemen araba galerisini aradım, ama bu durumdan pek memnun kalmadılar. Arabanın fiyatını bu kadar indirmeye itiraz ettiler. Uzun süren tartışmalardan sonra isteksiz bir biçimde kabul ettiler.

Bir hafta geçti, sonra bir ikincisi, araba satılmadı. Artık dünyayı anlayamaz olmuştum. Şimdi her şey yerli yerine oturmuştu. Neden hâlâ sevkiyat bana teslim edilmiyordu?

Oto galerisine tekrar telefon ettim. Arabanın fiyatını gerçekten 77.777 DM olarak belirtmişler miydi? Uzun süre geveledikten sonra, bana 77.777 DM vereceklerini, ancak bu arada biraz daha kazanmak istedikleri için, arabayı 82.000 DM olarak etiketlendirdiklerini söylediler. Anlaştığımız miktarı fiyat etiketine yazmaları konusunda şiddetle ısrar ettiğimde, kabul ettiler. Belki de artık benden kurtulmak istediklerinden.

İki saat geçmeden telefon ettiler. Araba, bu fiyata hemen satılmıştı.

Bir taraftan sevinirken, bir taraftan da kendi kendime kızmaya başladım. Salak ben, neden 88.888 veya 99.999 ya da iki sene yetecek kadar bir para istememiştim ki? O zaman, Jaguar için çok daha fazlasını almış olurdum.

Ama yine de elime 77.777'den fazla geçer miydi?

Zira bu para ile oldukça rahat geçinebilirdik. Muhtemelen bu rakam, tam bana ayrılmış olan miktardı. Ya da siparişim kesin doğru mu gönderilmişti?

Veya tesadüflerin birbirine sıralanması mıydı?
Ancak bu hikâyedeki en şaşırtıcı şey şuydu: Bir seneden az bir zaman önce, benim harika Michaela'm da bir araba kazanmıştı! Bugün hâlâ kullandığımız küçük kırmızı Toyota'yı.

Bu nasıl mı olmuştu? Michaela'ya sorarsanız, bu arabayı birkaç hafta önce evrenden talep ettiğini söyleyecektir. Bu harika kazancı, daha sonra ayrıntılarıyla anlatacağım.

Şimdi Jaguar'a dönelim: O zamanlar isteğimi yazmış olsaydım, kafamı bu kadar yormak zorunda kalmayacak ve birkaç haftalık bekleme süresini yaşamamış olacaktım. İsteğim yerine geldiğinde, tam olarak ne istediğimi hayal meyal hatırlıyordum.
Sevkiyatın bazı bölümlerini beğenmediğimiz veya artık beğenmediğimiz de sık sık olan şeylerdendir. Belki de bunu hiçbir zaman böyle düşünmemiştik. O zaman, dileğimizin yanlış yerine getirildiğinden

çok çok eminizdir. Ancak yazılı olanlar, temel isteğimizi nasıl ifade ettiğimizi, evrenin bunu nasıl işlediğini ve bizim nasıl yanlış ifade ettiğimizi belgeler. İsteğin yazılı olarak bildirilmesi sayesinde, istenilen ile gönderilen arasındaki farkı doğru kullanmayı kısa zamanda öğreniriz. Sadece mukayese çalışmaları sayesinde, arzular daha net bildirilebilir ve hayat, harika mucizeleri ile biçimlenir. Zira doğru kelimelerin seçilmesiyle, "doğru iste, olsun" metodu çok basittir.

Her hâlükârda dileğimizin yazılı olması sayesinde, küçük dilek fabrikamızın çalıştığının ve bunların, hayal mahsulleri olmadığının deliline sahip oluruz. Kısa bir süre içinde, böyle bir sürü küçük not kâğıtlarımız olacak ve başlardaki şüphelerimiz, inanılmaz şaşkınlıklardan sonra, emin olma durumuna dönüşecektir.

Hiçbir şey, başarının kendisi kadar başarılı değildir, zira başarı, başarıyı sürükler.

İstemeye tekrar başladığımda, böyle bir sürü, küçük not kâğıtları biriktirmiştim. Bu tür bir sürü delile de ihtiyacım vardı, zira Tabii Bilimler Lisesi'ne gitmiştim. Bilindiği gibi, bu tür okullarda, şüpheci gerçekçiler yetiştirilir. Bu nedenle, belli bir süre aklımı eğitmem ve onu, istemenin olabilirliği konusunda ikna etmem gerekti. Sonunda not kâğıtları, aklım için de yeterince tetikleyici oldu. Aklım, bu işin olabileceğini anladı ve istenilen yönde iş birliği yapmaya başladı.

Ben zaten kâğıtlarla çalışmayı severim. Çalışma odamın iki uzun duvarındaki post-it panoları sayesinde, "yaratıcı kaos" durumuna hâkimimdir. Ancak bu "kâğıt kalabalığı" herkesin harcı değildir. Birçok insan, bana, isteklerini kesin bir biçimde, özel bir "İstek Günlüğü"ne veya değişik renkte bir kalem kullanarak, normal ajandalarına yazdıklarını anlattı.

Bunun birçok faydası olur:

Öncelikle, dileklerin ifadeye dökülmesinin daha sonraları nasıl geliştiği gözlemlenebilir; ilk dilekteki bulanık "Çok ... istiyorum."dan, son gelinen kesin

çerçeveye kadar. Bir sonraki seferde, birçok ara kademe ile uğraşmaktan kurtulunur.

Diğer bir faydası da dileklerimizi ve bunların gerçekleşme yollarını hatırlamak istediğimizde, hep el altında bulunmasıdır. Yıllar sonra bile! Bunlardan, sadece daha sonraki dileklerimizi formüle etme konusunda faydalanmakla kalmayız. Bu sayede, her şeyi "tesadüf"lere bağlamayı seven aklımız, tekrar şüpheciliğe başladığında, beyaz kâğıda siyah yazı ile dökülmüş bir ispatımız olacaktır. Bunun dışında, yeni bir şeyler istemek konusunda, tekrar yeterince motivasyonumuzun oluşmasına yardım eder. Zira "istemek", her zaman aklımıza gelmeyebilir, özellikle de sıkıntılar boyumuzu aştığında!

Son olarak da başarı hikâyelerini yazmak çok eğlendiricidir!

Net,
kısa
ve doğru biçimlendirmek

İsteğin biçimlendirilmesi esnasında ne kadar doğ olunursa, sipariş o kadar doğru yerine gelir. İstekl ne kadar belirsiz ve dağınık yapılırsa, o kadar çok, istenilen şeyden farklı bir şey gerçekleşir.

Mesela oturma odası için bir dolap istendiğinde, dolabın görünüşü ile nereye sığması gerektiği belirtilmelidir. Hangi renk, hangi ağaçtan yapıldığı, hangi ebatlarda olacağı ve içinde nelere yer olması gerektiği tespit edilmelidir. Yeterince kesin veriler olmazsa, dilediğiniz ile size gelen arasında çok farklılıklar olabilir ve belki de hiç kullanamayacağınız herhangi bir dolaba sahip olursunuz.

Siparişimizde kaç madde olursa olsun ve onu ne kadar detaylı anlatırsak anlatalım, her şey tam istediğimiz gibi gelir. Buna rağmen, dileğimiz gerçekleştiğinde, bazı maddeleri unuttuğumuzu ve bu durumun bizi çok rahatsız ettiğini fark ederiz. Bu yüzden, Bin maddelik katalog hazırlamak da önemli değildir, zira aklımıza gelmeyen, hiç de istemediğimiz ve sadece dileğimizle birlikte öylesine gelen "yüz bin madde" daha olacaktır.

İki veya üç cümleyle ifade etmeye çalışın.

Bu, bir çelişki gibi görünmekle birlikte, böyle değildir.

Zira ne kadar kısa ve net olmak istersek, o kadar, dileğimizin çekirdeğine inmek zorunda kalırız. İki cümle ile ifade edebilirsek, kendimiz de gerçekten ne istediğimizi daha iyi anlarız.

Bir yazar, prodüktörüne bir fikir sunacağı zaman, bu fikri tek bir cümle ile özetlemesi istenir. Zira hikâyenin, birkaç cümle ile anlatılması becerilemezse, bir sürü kelime ile anlatılması hiç becerilemez.

Bu yüzden yazarlar, çok uzun süre, hikâyenin ana fikrini en kısa biçimde nasıl anlatacaklarını düşünürler. Reklam metni hazırlayanlar da aynı şeyi yaşar; zira onlar da bazen iki veya üç kelime kullanabilirler. Ancak tam da bu kelimeler, işin özünü içermelidir.

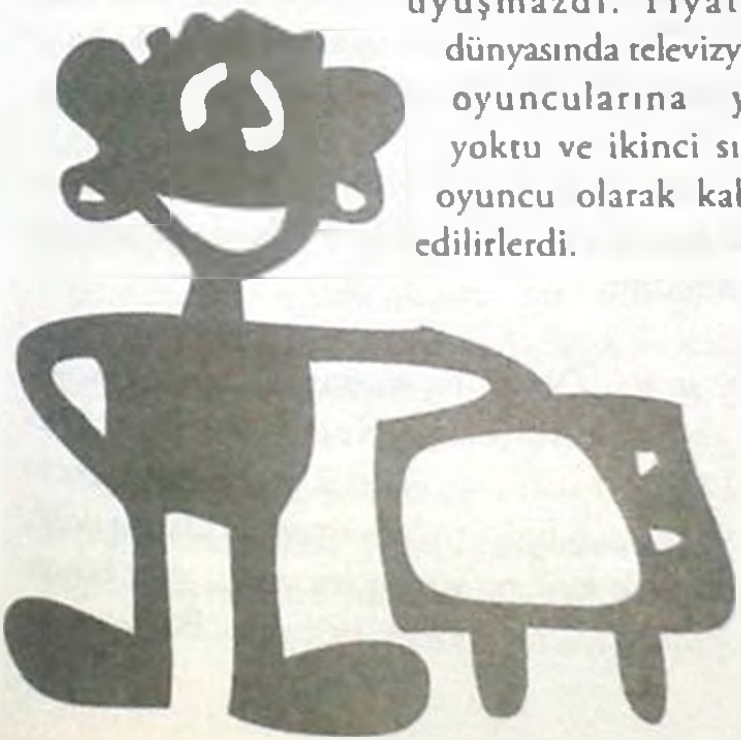
Yani ne kadar az kelime ile ifade edilirse, istek, bir o kadar kesinlik kazanır. Ne kadar fazla kelimeye ihtiyaç duyulursa, isteğimiz bir o kadar bulanık ve dağınık gider ve o biçimde yerine gelir. Kısa ve net

bir dilek cümlesi, çift anlamlı ve pazarlığa açık bir istekten çok daha güçlüdür.

Sadece birkaç kelimenin ne kadar güçlü olduğuna pek çok kez şahit oldum.

Kasıtlı olmaksızın, ama yine de doğru istenmiş ve olmuş.

22 yaşındayken televizyonda tanınmıştım. Ama tiyatroda değil. O zamanlarda televizyon ile tiyatro uyuşmazdı. Tiyatro dünyasında televizyon oyuncularına yer yoktu ve ikinci sınıf oyuncu olarak kabul edilirlerdi.



Benim gibi bir televizyon yıldızının, saygın bir tiyatroda iyi bir rol alabilmesi, kesinlikle olanaksız görünüyordu.

Bir gün, Devlet Tiyatrosunda Michael Degen'in oynadığı "Hamlet" oyununu seyrettim. Bu oyun, beni uzun süre etkiledi ve ben de mutlaka orada oynamak istedim. Olanaksız bir teşebbüs. Yönetmen Kurt Meisel'den ve o zamanki oyun yazarından bir randevu bile alamadım. Bu, beni o kadar çok kızdırdı ki, tüm hayal kırıklığımı, büyük, beyaz bir kâğıda döktüm. Kızgınlığım, büyük harflerle ifade buldu: "Ben, bu tiyatroda oynuyorum! Daha bu yıl bitmeden! Ve rolümü de kendim seçiyorum!"

Ve herkesin kızgınlığımı görmesi için kâğıdı duvara çiviledim. Kısa, öz ve kati! Ve bunların olacağından da emindim.

Üç ay sonra, Devlet Tiyatrosundan telefon ettiler. Bir uğramamı istiyorlardı. Ne olmuştu acaba? Michael Degen, Faust 1 ve Faust 2 oyunlarını sahneye koyuyor ve kendi tiyatrolarının oyuncularına değil; yeni, taze ve kullanılmamış insanlara, yani benim gibi oyunculara rol vermek istiyordu. Böylece, de-

neme metnini okudum. önce Faust 1'deki tiyatro müdürü rolünü.

Michael Degen, beni eve gönderdi ve üç gün sonra çağırıp öğrenci rolünü okuttu. Sonra da gerçekten hangi rolün daha çok hoşuma gittiğini ve hangisini oynamak istediğimi sordu.

Düşünmek için zaman istedim ve babama sordum. Babam, bana, klasik bir rol olduğu ve Faust 2'de bayağı büyüyecek bir rol olacağı için, öğrenciyi tavsiye etti.

Ve böylece, daha aynı yıl içinde, Münih Devlet Tiyatrosu'nda oynuyordum, hem de kendi seçtiğim bir rolde.

Daha aynı hafta içinde, bana üç yıllık bir kontrat teklif eden yönetmen Kurt Meisel'in karşısında oturuyordum. Ama ben, o kadar uzun bir süre, sabit bir yere bağlanmak istemiyordum. Gelecekte hangi rolü oynayacaklarını ancak siyah tahtadan öğrenen meslektaşları görmüştüm. Oysa ben, daha özgür düşünenlerdendim.

O zaman, bilmeden, çok doğru ve kesin istemiş ve bunu, duvardaki bir kâğıt ile sabitlemiştim. Olayların tam istediğim gibi gerçekleşeceğinden şüphem yoktu.

3.Kural

Doğru istemenin turbosu Teşekkür etmek

İsteğimizi kâğıda döktükten sonra, talebimizi teşekkür ile bitirmeliyiz. Bu, çok önemlidir! Doğru istemek konusunda, teşekkür etmek, o kadar çok olumluluk içerir ki, buna şu anda çok kısa değinebileceğim.

İyiyi çoğaltmak

Teşekkür ederken, hayatımızda yolunda giden şeyleri incelemeye başlarız. Gözümüzü, her gün başımıza gelen harika olaylara çeviririz. Dikkatimizi ve takdirimizi bunlara veririz. Bu şekilde, hayatımızda inanılmaz çok şeyin mükemmel ve yolunda olduğunu görürüz. Şimdiye kadar oluşmuş olan ne kadar çok şeyi olağan kabul ettiğimizi ve dikkatimizi, henüz düzgün gitmeyen pek az şeye, ne kadar çok yoğunlaştırdığımızı görürüz.

Hayatımızda yolunda gidenleri, spontane olarak listeleyecek olsak bile, ne kadar çok şey saydığımıza biz bile şaşırırız. Zira çoğunlukla, on şeyden sekizi harika gitse bile, gözümüzü, diğer az sayıdaki negatife dikeriz. Tabii, o zaman eksiklikler önem kazanır ve mükemmel olanlar, önemini yitirir. Sürekli hoşumuza gitmeyenlere odaklanırsak, günün birinde hayatın tümünden hoşlanmaz oluruz.

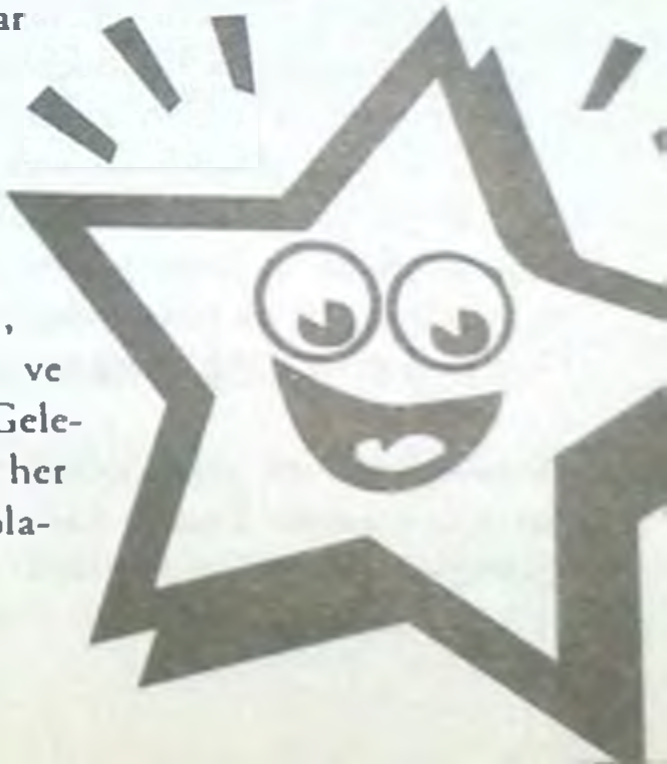
Sürekli eksiklerimize odaklanmak zenginliklere bakışımızın önünü kapatır.

Belki de negatiflere çok fazla bakmaktayız ya da başkaları ile fazla mukayeseli yaşamaktayız. Zira çoğu zaman, sadece bir mukayese bile, bizi mutsuz eder. Ne tuhaftır ki, diğerlerinin sadece en olumlu

yönlerini görür, aynı şeylere sahip olmadığımız için aşağılık komplekslerine kapılırız.

Aşağıdaki küçük alıştırma ve liste, kendimizi bir kere de dıştan görmemize çok yardımcı olacaktır.

Kendine sakin bir zaman ayır ve rahat bir biçimde otur. Kendine konsantre ol. Gözlerini kapat. Kendini, gülümseyerek incele. Hayatının tüm güzel anlarını hatırla. Şimdiye kadar neler yaptın? Şimdiye kadar neler başardın? Şimdiye kadar kaç insana yardım ettin? Senin sayende kimler mutlu oldu? Kendini hayatını, bu güzel anlarında tekrar incele. Kendini, hüzünlenmeden incele. Şimdiye kadar, tüm bunlara muktedirdin. Bu, senin gücün, senin kabiliyetin ve senin becerindi. Gelecekte de buna her zaman muktedir olabileceksin.



Şimdi, kendini, şu anda bulunduğun ortamda incele. Aileni, dostlarını, akrabalarını düşün. Onlar için önemlisin. Çünkü onların hayatında bir anlamın var. Onlara duyduğun sevgi, senin servetindir. Onlar için destek ve örneksin. Senin kelimelerinin gücü ve eylemlerinden her biri ile onların hayatını da değiştiriyorsun. Senin sayende, belki de sen olmadan gerçekleştiremeyecekleri birçok şeyi yapıyorlar. Senin cesaret vermen, senin yardımın ve senin sevgin olmadan... Çoğu zaman, belki de sadece senin varlığın yeterliydi.

Hayatın şimdiye kadar sana sunduğu imkânlar için duyduğun şükranı hisset; varlık gösterdiğin için.
Şimdi, dostlarının, tanıdıklarının ve ailenin, şu ana kadar sana yaptıkları yardımlara yoğunlaş. Kaç insan senin hakkında iyi şeyler düşünmekte? Her zaman gösteremeseler de kaç kişi seni seviyor? Sana, tekrar tekrar, ne kadar güç ve mutluluk veriyorlar? Onlar için önemli birisi olduğundan, senin yanında kaç defa gerçekçilik adına savaştılar?

Sonra, kendi en yakın çevrene bak. Bazı çok zor şartlara rağmen, buraya kadar ne güzel başardın. Çevrene, iyice düşünerek bak. Sen, bunların hep-

sini hiçten var ettin. Kendi dünyanın yaratıcısı sensin. Kendini, iyilik dolu ve sıcak duygularla incele. Hayat, sana da bol bol hediyeler vermekte. Bunların ne kadar harika şeyler olduğunu hisset.

Minnettarlığını hisset.

Şimdi gözlerini aç ve tüm bu harika şeyleri, küçük listene yazmaya başla. Hayatında ne kadar çok şeyin zaten mükemmel gittiğini görüp şaşıracaksın.

Bu şekilde, başka türde bir devridaim başlatmış oluruz. Sürekli problemlerimiz hakkında kafa yormaktansa, hayatımızda zaten mevcut olan güzellikleri fark ederiz. Bu alıştırmayı ne kadar çok yaparsak, hayatımızda nelerin zaten yolunda gittiğini görürüz. Yaşamın, zaten birçok alanda güzel aktığını anlarız.

Şükretmek sayesinde güzellikler çoğalır.

Dikkatimizi nereye yöneltirsek, oraya enerji veririz. Şükrederek, daha fazla enerji verdiğimiz için, ha-

yatımızda zaten mevcut olan iyi şeyleri artırırız. Bilinçli olarak hayatımızdaki güzelliklere yoğunlaştığımızda, yaşam gittikçe daha da güzel olur. Kalbimizi şükran duygusu doldurur. Şükran duygusu, insanı, saf bir enerji kaynağına dönüştürür. Enerji, ne kadar net ve temiz ise, tüm dileklerimiz, o kadar çabuk ve düzgün gerçekleşir.

Şimdiki zamana çekmek

Şükretmenin ana düşüncesi, sadece, kendimizi evren ve hayatın akışı ile birleştirmek değil; aynı zamanda, arzu ettiğimiz olayı, şimdiki zamana çekmektir.

Teşekkür ettiğimiz anda, dileğimiz duyulmuş ve şimdiden beyan edilmiş olur. Zira teşekkür etmek, dileğimizi, şimdiki zamana çeker.

Bu teşekkür, duaların sonundaki "Âmin" ile mukayese edilebilir. "Âmin", tercüme edildiğinde,

"Öyle olsun." demektir.

Dilemenin ve dua etmenin enerjileri, birbirine çok benzer. Her iki durumda da yüksek bir merciye hitap eder ve bir çözüm isteriz. Her ikisinde de "Âmin" veya "Teşekkür" diyerek mühürler veya kapatırız.

İnancı kuvvetlendirmek

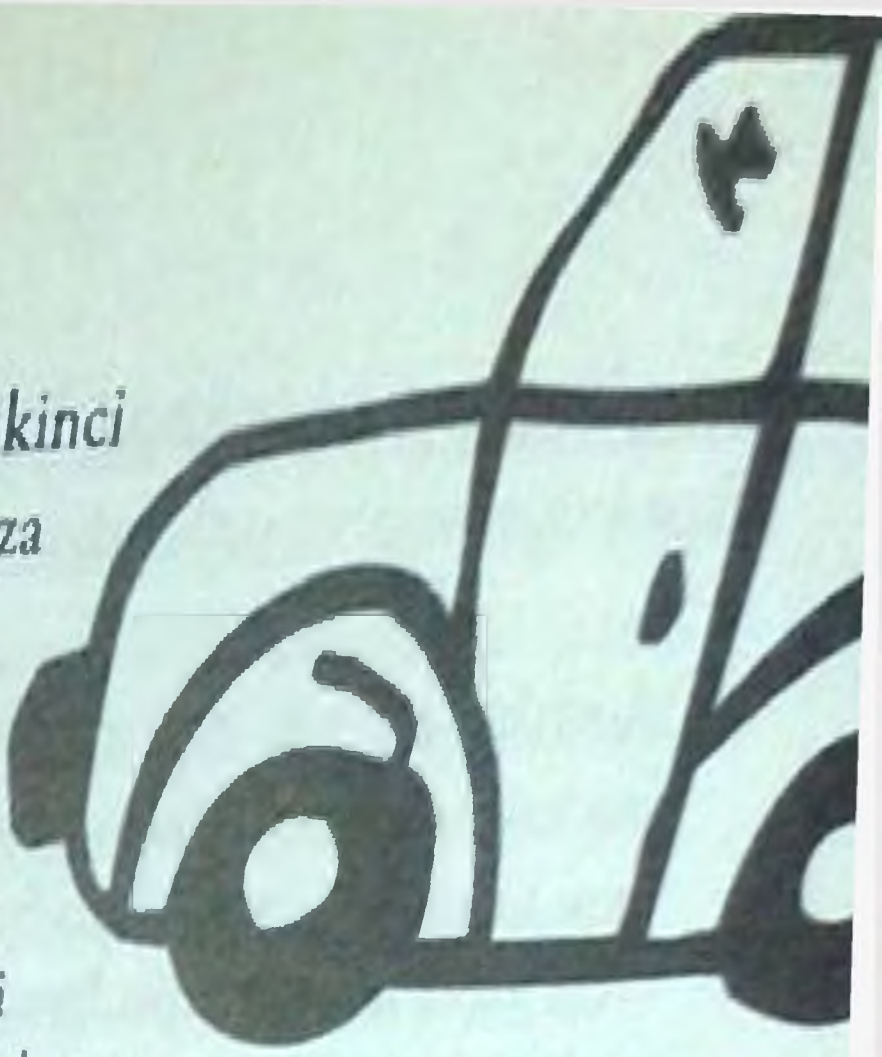
Teşekkür etmek, tüm şüpheleri ve kaygıları da yok eder. Dileğin gerçekleşeceğine inanılmaktadır. İnsan, emindir. Günlük hayatta da sadece gerçekleşen şeylere teşekkür edilir. "Bunu, benim için yaptığına teşekkür ederim."

Yani sadece, yapılacağından kesinlikle emin olduğumuz şeyler için teşekkür ederiz.

Teşekkür ederek, dileğimizi teyit etmiş oluruz. İsteğimiz, mühürlenmiştir. Bu, bir belgenin altındaki imza gibidir. Şimdi artık şüpheye yer yoktur. Bu, Michaela ile benim tekrar tekrar deneyimlediğimiz gibi, en umutsuz durumlarda da etkilidir.

Daha önceden de bahsettiğim gibi, Michaela ve ben, bir yıl içinde iki araba kazanmıştık. Jaguar'ın şaşırtıcı kazancından bahsetmiştim. On iki aydan az bir zaman önce de benzer bir "mucize" daha olmuştu.

Bir araba dileği



Michaela, eski ikinci arabamızla bir kaza yapmıştı ve çok hasarlı olan o arabayı satmıştık. O sıralarda ben, "Ve Bu Daha Başlangıç" isimli filmin hazırlıkları için, her gün, Bonn'dan Köln'e gitmek zorundaydım. Yani Michaela için, acilen ikinci bir arabaya ihtiyacımız vardı. Ama nereden alacaktık? Çok basit: Dileyerek. Kazaya kızmak yerine, hayatımızdaki değişikliği kabullendik ve yeni bir arabanın hayatımıza girmesine izin verdik. Nasıl? Bu, artık bizim problemimiz değildi.

Birkaç hafta sonra, isteğimizi çoktan unutmuştuk bile. Köln'de bir yardım galasına davetliydik ve uslu uslu, yardım piyangosu biletleri satın aldık. Ancak çekilişin yapılması çok gecikti. Sonunda uykumuz geldi, biletlerimizi tanıdık bir aileye verdik ve eve gittik.

Ertesi gün, arkadaşımız bizi uyandırdı. Biraz sonra bize uğrayacağını söyledi. Biletlerimizden birine bir

şey çıkmıştı. Aslında küçük bir şeydi, ama yine de kendisi, şahsen vermek istiyordu.

Mutfakta rol çalışması yapıyorduk. Oraya küçük bir kamera kurmuştuk ve bahsettiğimiz arkadaşımız bize geldiğinde, Clelia Sarto, yeni filmimiz için rol yapmaktaydı. Arkadaşımızın havaya kaldırdığı elindeki hediye, gerçekten küçüktü. Bu bir anahtardı: Bir araba anahtarı. Anahtara uyan araba, MCM Stüdyolarının salonunda ve alınmaya hazır beklemekteydi. Önceki gece, Michaela'nın numarasına büyük hediye çıkmıştı. Ve bu olay, basının haberi olmaksızın olmuştu! Tüm bunlar, neredeyse hayaletlerin işi gibiydi, zira Michaela'nın en büyük isteği, günün birinde büyük bir şey kazansa bile, kimsenin bunu bilmemesi idi. Bu tür şeylerden çok konuşulmasını sevmez.

Durum neredeyse garipti. Salona vardığımızda, işçiler, galanın dekorasyonunu toplamaktaydı. Yoğun faaliyetlerin arasında arabamız, yalnız, terk edilmiş, unutulmuş ve gerçekten bir sunum tablası üzerinde duruyordu. Arabaya gittiğimizde kimse bizimle ilgilenmedi. Hiçbir soru sorulmadı, herkes kendi işiyle uğraşıyordu.

Anahtarı taktık, uyuyordu. Kalp çarpıntılarıyla arabayı çalıştırdık. Motorun çalışması harikaydı. Michaela, şansına inanamıyordu. Üzerindeki tebrik balonlarını arabaya tıktık, işçiler ve inşaat makinelerinin oluşturduğu karmaşanın içinden, fark edilmeden geçerek salondan çıktık. Michaela, derin şükran duyguları içindeydi ve kendisinin, evren tarafından desteklendiğini hissediyordu. Arabanın kâğıtları, birkaç gün sonra bize gönderildi. Bu arabayı hâlâ kullanmaktayız, hatta şu anda tek arabamız o.

Dileğimiz, bir kere daha mucizevi bir biçimde gerçekleşmişti. Çok mutluyduk. Tabii, kim olmazdı ki? Ama doğrusu, sadece dilediğimiz ve böylece hayatımıza çektiğimiz şey, yerine gelmişti. İnanılmaz, ama bu kadar basit.

Problemleri sadece devredin

Teşekkür etmenin bir faydası daha vardır. Probleminizin çözümünü aramayı kesinlikle devrettiğiniz fikrini güçlendirir.

Doğru istemenin en harika yanı, sıkıntılarımızı ve

problemlerimizi basit bir biçimde "başkalarına" devretmektir ve bunu, teşekkür ederek pekiştirebiliriz. "Sevgili Evren, sevgili melekler, sevgili Tanrı ya da bu işlerden her kim sorumlu ise, lütfen bu işle ilgilenin ve benim yapabileceğim bir şey varsa bana bildirin. Ama bana, açık işaretler gönderin. Zira şimdi, sizin en çok hoşunuza giden şeyi yapıyorum. Yani sadece iyi olmayı sürdürüyorum. Yardımlarınız için teşekkür ederim."

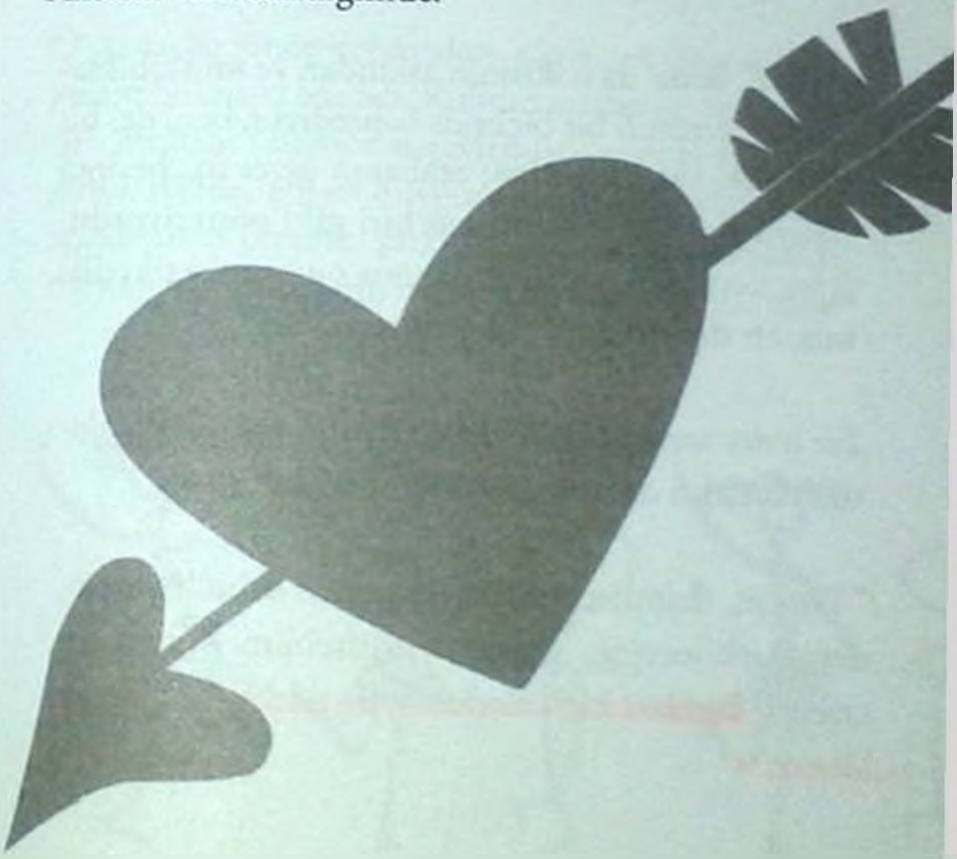
O andan itibaren, bununla ilgilenmemiz de gerekmiyor. Yoksa bunun anlamı, işleri devrettiklerimizden şüphe duyduğumuz olurdu. Problemlerimizi gerçekten devrettiysek, bunlarla ilgilenildiğini biliriz ve günlerimizi yine keyifle geçiririz.

Problemlerimizle boğuşmak yerine devretmek.

Bu, tam da benim yıllardan beri sıkıntılarımla yaptığım şeydir. Onları devrederim. Bu konuda kafa

yormam, düşüncelerimde sürekli kendi kendime veya başkaları ile konuşmam, varyasyonlar veya alternatifler düşünmem, problemlerimi oraya buraya taşımam, mantığa uygun çözümler bulmaya çalışmam. Sadece devrederim. Ancak bir şey yapmak için teşvik hissedersem, o zaman yaparım. Ve çoğu zaman da bunun doğru olduğunu görürüm.

"Problem devretmeyi" ben de sonradan öğrendim. Ansızın terk edildiğimde!



Çok seneler önce, çok ani olarak, büyük bir çaresizlik yaşadım. Beş senedir birlikte olduğum o zamanki hayat arkadaşım, başka bir erkekle tanışmıştı. Onunla birlikte olmak istiyordu. Günlerini ve gecelerini onunla birlikte geçiriyordu ve ben çok mutsuzdum. Hiç yemek yemiyor ve aşk acısı yüzünden doğru dürüst uyuyamıyordum. Kalbim kırılmıştı. Ağlıyordum, kıvranıyordum, çaresizdim.

Ayrıca, basın da o ikisinin aşkından ve mutluluklarından ayrıntılı bir biçimde bahsediyor, beni de, bu yeni aşkı rahatsız eden; arabanın gereksiz, beşinci tekerleği, oyunu kaybeden biri gibi gösteriyordu. İçim derinden yaralıydı, kamu önünde rezil edilmiş, en dip noktama ulaşmıştım.

Bir hafta sonra, içinde, başkalarının yanı sıra aşağıdaki duanın da olduğu bir kitap elime geçti:

"Tanrım, değiştiremeyeceğim şeyleri kabullenmem, değiştirebileceğim şeyleri değiştirebilmem için cesaret ve bunları birbirinden ayırt edebilecek bilgelik ver."

Bunu öylesine okumuştum. Benim durumumda, bir dua bana nasıl yardım edebilirdi ki?!

Ertesi gün, on günlük derin çaresizlikten sonra, duayı, içimden ve öylesine, tekrar okudum. Yorgundum, tutunacak hiçbir şey yoktu, savaşacak bir şey de yoktu. Kız arkadaşım, bu öteki adamla yaşamak istiyordu, değiştirebileceğim bir şey yoktu. Pes ettim. Kaybetmiştim. Kendimi bıraktım.

O esnada, önemsenmeden söylenen bu sözler, yaşam bulmaya başladı. Ruhum canlandı. Sanki birisi, elektrik düğmesini çevirmişti; sonsuz bir dinginlik içinde, güven duygusu ile dolmuştum. Evin içinde dans etmeye, şarkı söylemeye, yemek pişirmeye başladım. Derin mutsuzluğumun içinde mut-

luydum. Mutluluk duygusu o kadar güçlüydü ki, sevinçten, gözlerime tekrar tekrar yaşlar doldu. Bu durum, bir sene kadar sürdü. Çok mutlu bir biçimde, dünyayı yepyeni gözlerle gördüm, yepyeni bir biçimde. Korunduğum duygusuyla ve -ister evren ister Tanrı veya isterseniz yüksek benliğim kabul edin- bu güçle birlikteliğimde çok çok mutluydum. Her şey, aynı anda, hem önemli hem de önemsizdi.

Kız arkadaşım, bana geri döndü. Benden yayılan gücü hissediyordu. Ancak ben, ona karşı duyduğum eski sevgiyi duyamıyordum. Acıma ve saygı duyguları besliyordum, affetmeyi ve kendi hatalarımı kabul etmeyi öğrendim. En önemlisi de kendi kendimi sevmeyi ve bu sevgiyi her hareketime akıtmayı becerdim. Basın, olayları benim görüş açımdan anlatmamı teklif etti.

Bana rehabilitasyon teklif ediyorlardı, ama birdenbire bunun hiç önemi kalmamıştı. Mutlu ve dopdoluydum. Hayır, kamuoyunun fikri artık önemli değildi. Gerçeği görmek isteyen, görürdü. Mantığım, tabii, başka şeyler söyleyebilirdi; ama ben, duygularıma, sezgilerime danıştım ve o günden beri, hep böyle yapmaktayım.

Çok sonraları, mutluluk hissimin sebebini anladım: Sıkıntılarımı devretmiştim. Tüm yük, benden gitmişti. O andan itibaren, hayatımı serbestçe, mecburiyetler olmadan, yeniden biçimlendirebilirdim. Hayatımın tadını çıkarabilirdim. Zorla elde etmem gereken hiçbir şey yoktu. Zaten himaye edilmekteydim.

Değiştirilemeyecek bir şey için tasalanmak niye?

Boşa giden aşk çabaları ve enerjinin boş yere tüketilmesi...

Enerjimin tümünü, hayatımdaki güzellikleri yaratmak için kullanabilirdim.

Bu olay sayesinde, gariptir ki, problemlerin çoğunun, sadece bizim aklımızda problem olduklarını anladım. Zira çoğu zaman, önceleri negatif olarak hissettiğim her şeyin, sonraları benim iyiliğime yaradığı anlaşıldı.

Bu, kaçırılan bir tramvay, reddedilen bir senaryo veya reddedilen hayat arkadaşı da olabilir. Bunların arkasında, hep daha büyük bir şey beklemekteydi ve beni, harikulade, yeni bir "mucize"ye götürdü.

Her şey,
benim iyiliğim için olur.

O zamandan beri sahip olduğum inanç, budur. Tatsız, "negatif" şeyler, beni yeniden mutluluk yoluma döndüren düzeltmelerdir.

Bu aşk dramından sonra, yeni bir hayat arkadaşı için serbest olmuştum ve bu yüzden Michaela ile tanıştım: Hayatımdaki en büyük saadet.

4.Kural

Aklı inandırmak

Çocukluğumuzda, bir isteğimizin, en çabuk nasıl yerine geleceğini öğrenmiştik: Lolipopu elde edene kadar yalvarmak, mızmızlanmak ve bağırmak. Ancak dilemek konusu, tam tersine işler: Yalvarmayız, nelerimizin eksik olduğunu ve ne kadar mutsuz olduğumuzu belirtmeyiz, tam tersine:

Dilediğimiz her şeyin gerçekleşeceğini; bunun, bizim hakkımız ve hep emrimize amade olduğunu biliriz.

Çoğumuz için bunun anlamı, düşüncelerimizi değiştirmemiz gereğidir: Nasıl oluyor da her şey, emrimize amade duruyor? Dilemek nasıl işler?
Şu ana kadar evreni, katalog ile ürün satan, büyük bir mağaza olarak tasvir ettim. Aklımızın da dileklerimizin gerçekten yerine geleceği konusunda ikna olabilmesi için, artık biraz da fiziksel sebeplerden bahsedelim.

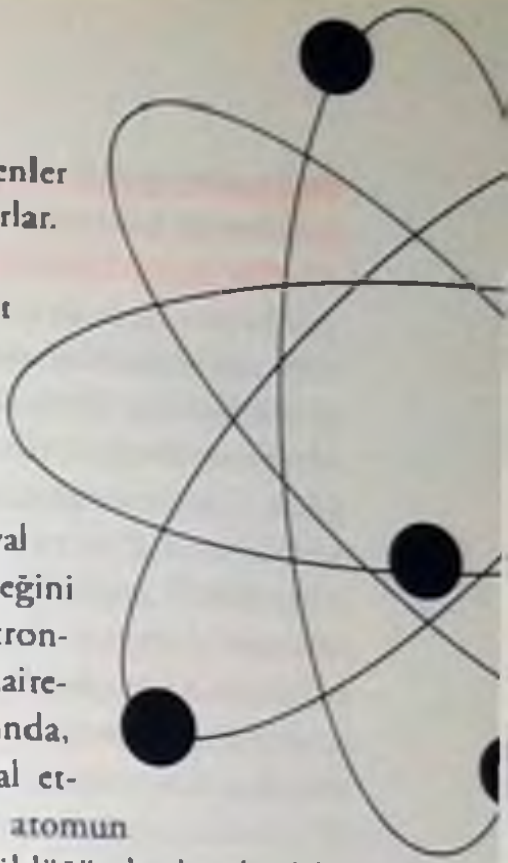
Merak etmeyin, zor değil, sadece ilginç olacak. Bunun çoğunu zaten fizik derslerinde öğrenmiştik. O zamanlar, bunlar, gerçek hayatımız ile ilgisi olmayan, kuru, ders bilgileriydi. Bu olgular, şimdi yeniden hayat bulur. Birbirleriyle bağlandığında, gerçeğin yepyeni bir resmini oluşturur. Hadi, cesaret! Görünen şeylerin arkasındaki dünyaya bir yolculuk yapalım. Aklımız için bu yolculuğu yapmamız kaçınılmazdır; ancak bu şekilde, doğru istemek, onun için "anlaşılır" olur ve o da daha sonra bizim çabalarımızı destekler.

Biraz fizik

Her şey, enerjidir. Enerjiden başka bir şey yoktur. Madde de saf enerjidir. Biz insanlar da sadece enerjiden oluşuruz. Düşünceler, duygular, heyecanlar, olaylar ve durumlar da enerjinin değişik biçimleridir.

Madde nelerden oluşur? Çok minik, atom denen parçacıklardan. Eşyalar, birbirlerinden, sadece hangi atomlardan oluştuklarıyla ve bunların nasıl sıralandığıyla ayrılırlar. Bu dünyadaki bütün maddeler, sadece bu atomlardan oluşur. Atomlar, atomlarla

birleşerek, büyük bileşenler oluşturur veya tekrar ayrılırlar.



Atomlar, daha küçük basit taneciklere ayrıştırılabilir; bunların en önemlileri protonlar, nötronlar ve elektronlardır. Bunu basite indirgeyerek şöyle hayal edebiliriz: Atom çekirdeğini oluşturan protonlarla nötronlar ile bunların etrafında daireler çizen elektronlar arasında, çok boş yer vardır. Hayal etmesi zor, ama gerçek: Bir atomun çekirdeği, bir bezelye büyüklüğünde olsaydı, elektronların kılıfı yüz yetmiş metre uzakta olurdu. Yani bizim "gördüğümüz" şeylerin çoğu, sadece boşluktur. Buna rağmen, bunu madde sayarız. Ancak sadece biz, bunun böyle olduğunu varsayarız, gerçekte böyle değildir.

Hiçbir şey,
gördüğümüz gibi değildir.

Biz, sadece çeşitli titreşimleri algılar, bu bilgileri beynimizde işleyerek, sabit bir tasarıma dönüştürürüz. Biz, bunu "çeviririz". Neredeyse tüm insanlar, çok benzer biçimde çevirdiklerinden (en azından biz bunu böyle kabul etmekteyiz), cisimleri de benzer bir biçimde "görüyor" ve "hissediyoruz".

Mesela renkler, hiç bizim algıladığımız biçimde değildir. Titreşimler gözümüze ulaşır, orada elektrik tetiklemeye dönüşür ve beynimiz bizim "gördüğümüzü" üretir. Hatta değişik renk frekansları, bazı duygular oluşturabilir ve içimizde bazı dalgalanmaların olmasına neden olur. Bu yüzden, maddenin, her zaman aynı ısıya sahip olmasına rağmen, biz, bazı renkleri soğuk veya sıcak diye adlandırırız.

Yani her şey, atomlardan oluşur; atomlar, temel taneciklerden ve bunlar da muazzam enerji birikimlerinden.

Ancak bu dünyadaki her cismin, her insanın

ve her durumun, sadece enerjinin değişik formları olduğunu anlarsak, maddeyi nasıl etkileyebileceğimizi kavrayabiliriz.

1933 yılında, Fizikçi Marie ve Pierre Curie çifti, "Hiçbir şey"den nasıl madde elde edilebileceğini gözlemlemişlerdi. Enerjinin kütleye dönüşebileceğini bilimsel olarak keşfetmişlerdi.

Burada, esas konumuz olan "doğru istemek" için çok önemli bir noktaya geldik: Enerji, yönlendirilebilir ve bu, düşünce gücüyle yapılır. Düşüncelerimiz, enerjiyi bir noktaya yönelten bir lazer tabancası gibidir. Bir ampulun ışığı ile bir lazerin ışığı arasındaki en önemli fark, yayılmadadır; birinde fotonlar, her bir yöne uçuşur, diğerinde ise bir noktaya yoğunlaşır.

Aynı bu şekilde, düşünce gücümüz de her zaman ve her yerde mevcut olan enerjiyi yönlendirir ve bu enerjinin belli bir biçimde sıkılaşmasını sağlar.

- Hiçbir şey, bizim gördüğümüz gibi değildir.
- Madde enerjidir, enerjiden oluşur ve enerji sayesinde mevcut durumunu korur.

• Enerji yoksa, madde yoktur.
• Her düşünce, saf enerjidir ve kendisi de enerjiye etki eder.

Enerji, maddeyi oluşturuyorsa ve düşünceler saf enerji ise, çevremizde sürekli bizim maddeleştirdiğimiz şeyler olmaktadır. Çünkü biz, sürekli düşünürüz. Yani istediklerimizi hayatımıza çekmek için şunları yapmalıyız:

• Düşüncelerimizin gücünü kullanmak.
• Ne istiyorsak kendimizi buna uygun çekim gücüne yükseltmek

Bunun için, iki yasadan faydalanabiliriz;

1. Enerjiyi oluşturma yasası

Fizikte, bütün hayatımızın üzerine kurulu olduğu temel bir kanun vardır. Daha önceden de bahsettiğimiz gibi, sabit her görüntü biçimi, enerjiden oluşur ve başka bir biçime dönüşebilir. Bu yasa, ayrıca, enerjinin hiçbir zaman kaybolmadığını, sadece şekil değiştirebileceğini söyler. Enerji değiştirilebilir, nakledilebilir, ama hiçbir zaman yok edilemez.
Doğa filozofu Demokrit (MÖ 460-371), dünya-

daki hiçbir şeyin gerçekten kaybolmadığını, sadece değiştiğini keşfetmişti. Bugünün fizik bilgisi bu teoriye dayanır.

Bizim konumuz olan doğru istemek açısından bunun anlamı nedir?

Madde, nasıl başka biçimlere veya bizim göremediğimiz bir enerjiye değişebiliyorsa, önce görünmez olan bir enerji de maddeye dönüşebilir. Ve formların bu değişimini etkileyebiliriz.
Yeni formlar yaratan, sadece enerjidir. Enerji, bilinç sayesinde yönetilebilir ve muhafaza edilebilir.

Ne düşünürsek o, maddeye dönüşür.

Bu, imkânsız gibi görünebilir. Tıpkı bir yıl içinde iki araba kazanmak, hayatının aşkını bulmak; ideal işi, ideal evi veya sadece ikinci el bir çamaşır makinesi bulmak gibi.

Zira her dilek, bir enerjidir. Dilek gönderilir ve dilek kendini gerçekleştirmek ister, yani maddeye dönüşmek ister. Yayılan düşünceler ne kadar yoğun

ise, enerji o kadar güçlü olur. Ne kadar güçlü duygu yüklenilirse, o kadar itici güç alırlar.

Maalesef negatiflikler için de bu böyledir. Negatif düşünceler de maddeleşmek ister. Bizim ne düşündüğümüz, enerjinin umurunda değildir. Enerji, iyi ile kötü arasında ayrım yapmaz, ahlak nedir bilmez ve de yargılamaz. Neye dönüştüğü umurunda değildir. Sadece biçim değiştirir. Bu esnada, şu temel yasaya uyar:

Enerji, daima dikkatimizi takip eder.

Mutsuz olduğumuzda, evrene, çoğu zaman olumsuz düşünceler göndeririz.

"Ben çok mutsuzum.", "Çok kötüyüm.", "Acınacak durumdayım.", "Hiç umut yok."

Tüm bunlar, evren için, yoğun etkili emir cümleleridir. Mutsuzluğumuz güçlenecektir.

Aynı prensip, bizim lehimize de çalışabilir. Düşünce enerjileri yayınlanır ve yoğunlaşır. Değişik enerjiler buluşur, insanlar bunları yakalar, kendi fikirleri zan-

neden, bunlara eklemeler yapar, üzerlerinde çalışır ve birdenbire, arzu edilen partner veya çoktandır istenilen eşya, kapının önüne gelir. Her şey, enerjinin bir biçimidir.

Tam olarak düşünürsek, dünyamızda, her şeyden inanılmaz bir arz mevcuttur. Bu, sadece bir dağıtım sorunudur. Her şey vardır. Herkes için. Bizim için de. Bu, sadece bir arz-talep meselesidir. Biz yoğun etkili bir biçimde ne istersek, o bizim hayatımıza girecek şekilde dağıtılır veya yapılır.

Yokluklarla dolu bir hayat yaşıyorsak, bu yoklukları biz istemişizdir. Biz, bu yokluk içinde yaşarken, belki komşumuz zengin bir hayat sürmektedir ve bu sadece, onun, hayatında zenginlik istemesinden kaynaklanmaktadır.

Her şeyden, çok miktarda mevcut olduğunu ve bizim hayatımızın, sadece bizim istediklerimizden oluştuğunu anladığımızda, hayatımız tamamen değişecektir. Zira enerji, her biçimi alabilir.

Her şey, fazlasıyla mevcuttur; sadece talebe göre dağıtılır.

Dilemek, devasa ve yoğun istek enerjileri ile çalışan bir değiş tokuş borsasından başka bir şey değildir. Arayan bulur! Biz, enerji yayarız, enerji alırız. Dünyamızı, kendi hayal dünyamıza göre kurarız. Biz biçimlendiririz, yoğunlaştırırız, engel oluruz veya bozarız. Enerji, her zaman mevcuttur ve onu, kendi irademize göre biçimlendirir veya isteğimize uygun bir biçimde kendimize çekeriz.
Burada çekim yasası devreye girer.

2. Çekim yasası

"Benzer, benzeri çeker." denir. Buna karşılık, değişik olanlar birbirini iter. Hatta benzer, benzeri ile güçlenir. Yani yoğunlaşır.

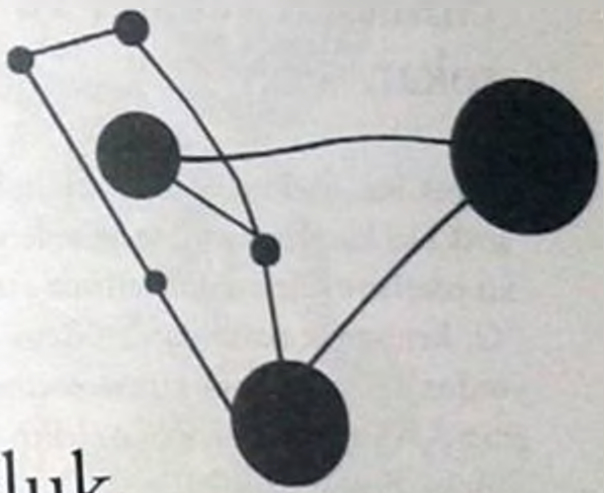
Bunu, piyanodan da biliriz. Bir tuşuna basıldığında, aynı akortlu telleri de titreşime başlarken, başka bir frekansa ayarlanmış diğer teller hareketsiz kalır.
Düşüncelerimiz de belli bir frekansta titreşen enerjidir. Yani biz, her ne düşünürsek, aynı titreşimleri harekete geçiririz.

Bu, tabii, tersine de işler. Orada, dışarıda, düşüncelerimizle aynı frekansta titreşen her şey, bizi de

harekete geçirir. Düşüncelerimiz, kendine benzeyenlerin hepsini kendine çeken, görünmez bir mıknatıs gibidir.

Neden zaten çok şeyi olanlara, daha çok şey gelir? Çünkü öyle düşünürler. Çünkü düşünce dünyalarında başka bir şey mevcut değildir. Çünkü zenginliğe ait titreşimlerde yaşarlar.

Başarı, başarıyı çeker;



mutsuzluk,
daha çok mutsuzluğu.

Eğer âşıksak, aşktaki mutluluğumuza paralel olarak, diğer her şey de yolunda gider. Tabii, zira dünyaya pozitif gözlerle bakarız. Pozitif düşünceler, pozitif bir dünya yaratır. O zaman her şeyi becerebiliriz. Kullandığımız cümleler, artık: "Çok mutluyum.", "Bütün dünya elimin altında.", "Her şey yolunda." şeklindedir.

Ve gerçekten, dünya elimizin altındadır, zira evren, tüm bu cümleleri yakalar ve işleme sokar.

Ancak biz, fikrimizi değiştirdiğimiz anda ve aşkın, artık bizi kucaklamadığını hissedersek, dünyayı tenkit ederiz ve dilek cümlelerimiz artık çok farklıdır: "O, beni artık sevmiyor.", "Beni mutlaka aldatıyordur.", "Zaten beni kimse sevmez.", "Güzel değilim.", "Kendimi küçük ve çirkin hissediyorum.", "Bütün dünya, bana karşı."

Ve bizim dilek cümlelerimizin değişmesine uygun olarak, kısa zamanda, yaşananlar da değişecektir.

İnsan, kendi durumunu kendisinin yarattığını fark etmeden, düşündüklerinin teyidini almaya başlar. Eğer bir gün boyunca kendi kendimizi inceleyecek olursak, bu tür emir cümlelerini, içimizden devamlı olarak söylediğimizi fark ederiz.

Titreşim, titreşimdir ve bizim düşüncelerimizle ve tavırlarımızla yoğunlaşır.

Bu, tüm alanlar için geçerlidir, ister olumlu ister olumsuz. Bizim sahip olduğumuzdan tamamen değişik bir titreşim olursa, bunu hiç fark etmeyiz bile. Ama bu, başka insanların da bunu fark etmediği veya böyle bir şeyin hiç olmadığı anlamına gelmez.

Biraz da biyoloji ekleyelim

"Ben, sadece gözümle gördüğüme inanırım.", "Enerji, titreşim... Bana bunları önce göstermen gerekir." Bu ve buna benzer cümleleri, kemikleşmiş "realist"lerden sık sık duymaktayız. İşin esprisi, bir de bundan gurur duymalarıdır. Bunun neden bir espri olduğunu ve ara sıra bu tür cümleler kurduğunda, aklımıza bunları nasıl açıklayabileceğimizi,

bu biyoloji gezimizde öğreneceğiz.

Temel olan, etrafımızdaki gerçeklerin çok küçük bir parçasını duyu organlarımız ile algılayabildiğimizdir.

• Gözlerimizle, mevcut ışık yelpazesinin sadece yüzde sekizini görebiliriz.

Gerçeği anlayamayız.

İnsan, kendi durumunu kendisinin yarattığını fark etmeden, düşündüklerinin teyidini almaya başlar. Eğer bir gün boyunca kendi kendimizi inceleyecek olursak, bu tür emir cümlelerini, içimizden devamlı olarak söylediğimizi fark ederiz.

Titreşim, titreşimdir ve bizim düşüncelerimizle ve tavırlarımızla yoğunlaşır.

Bu, tüm alanlar için geçerlidir, ister olumlu ister olumsuz. Bizim sahip olduğumuzdan tamamen değişik bir titreşim olursa, bunu hiç fark etmeyiz bile. Ama bu, başka insanların da bunu fark etmediği veya böyle bir şeyin hiç olmadığı anlamına gelmez.

Biraz da biyoloji ekleyelim

"Ben, sadece gözümle gördüğüme inanırım.", "Enerji, titreşim... Bana bunları önce göstermen gerekir." Bu ve buna benzer cümleleri, kemikleşmiş "realist"lerden sık sık duymaktayız. İşin esprisi, bir de bundan gurur duymalarıdır. Bunun neden bir espri olduğunu ve ara sıra bu tür cümleler kurduğunda, aklımıza bunları nasıl açıklayabileceğimizi,

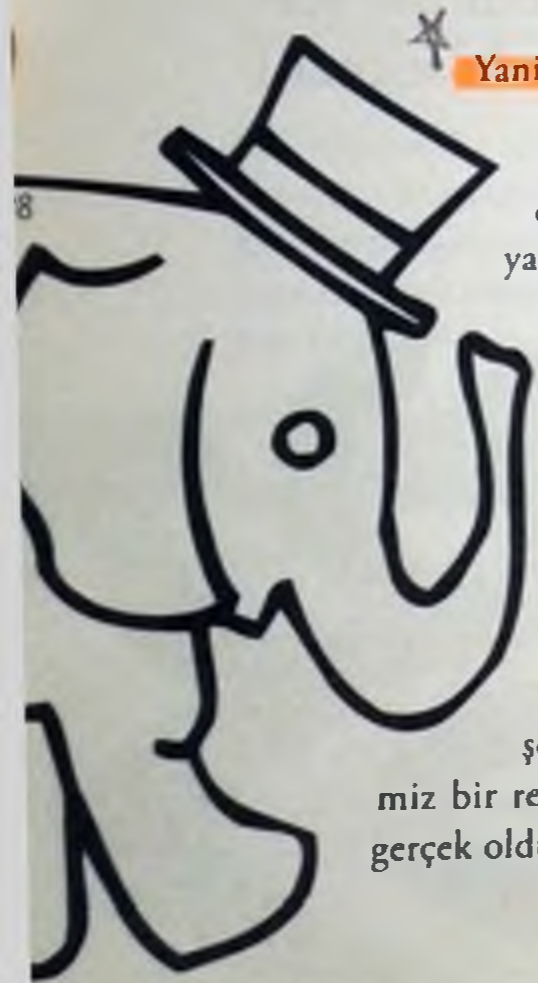
bu biyoloji gezimizde öğreneceğiz.

Temel olan, etrafımızdaki gerçeklerin çok küçük bir parçasını duyu organlarımız ile algılayabildiğimizdir.

• Gözlerimizle, mevcut ışık yelpazesinin sadece yüzde sekizini görebiliriz.

Gerçeği anlayamayız.

Yani gerçeğin yüzde 92'si, bizim gözlerimizden kaçmaktadır. Ve diğer duyu organlarımızda, durum daha da kötüdür. Bu yüzde 92'nin mevcudiyetini bilmemize rağmen, bu hiç yokmuş gibi davranırız. Ve bunu da sadece, idrak edemediğimizden yaparız. Yani idrakımıza, gerçeğin aslından daha çok güveniriz.



Yani önce şunu bir tespit edelim: Bizim idrakımız, gerçeği algılamamız, o kadar da gerçek değil. Bunu daha anlaşılabilir yapan bir hikâye de mevcuttur: Birkaç kör insan, bir fili ellerler. Filin bacağını elleyen kör: "Fil, yuvarlak ve serttir." derken, filin hortumunu elleyen bir diğeri "Fil, incedir ve sürekli, oraya buraya uçar." der. Biz de aynen böyle, kendi resmimizi çizeriz: Algılayabildiğimiz azıcık şeye eklemeler yaparak, kendimiz bir resim yapar ve sonra da bunun gerçek olduğuna inanırız.

Peki, bu resmi hangi kriterlere göre biçimlendiririz?

Şimdiye kadar öğrendiğimiz şeylere göre!
Peki, bizim en azından duygularımız sayesinde anlayabildiğimiz şeylerde durum nedir?

Gerçekten algılayabildiğimiz "ufak bir miktar" olan yüzde sekiz ile ne yapıyoruz? Bunun hepsini algılayabiliyor muyuz?

İdrak edemediğimiz şey, bizim için yoktur.

Gerçeğin yüzde sekizi olsa bile, her gün, milyonlarca çeşit etki altındayızdır: Sesler, gürültüler, resimler, düşünceler, konuşmalar, müzik, şamata. Tehlikeli durumlara, heyecanlara, sürate reaksiyon gösteririz; mektupları, telefonları, e-postaları cevaplarız; kendimiz ve başkaları için kararlar veririz; kitaplar, dergiler, uzmanlık yayınları okur, reklam bombardımanına tutuluruz; hayal kırıklıkları ve reddedilme durumları yaşar, diğer insanlarla iletişim kurarız.

Her gün, bilgi üzerine bilgi işlenmek zorundadır. Aslında, ancak çok azı hakkında gerçekten düşünürüz. Zira gerçekten düşünmek demek, bunun için zaman ayırmak demektir. Ama tam da bu, yani zamanımız, çok sınırlıdır.

Bu sebeple de akıl, her şeyi işleyemez ve de işlemek istemez; bu durum da zaten kapasitesini aşardı.

Akıl, bu yüzden de bazı şeylere kendisini kapatır. Kendini kapattığı şeyler de genelde, zaten tanıdığı ve bildiği şeylerdir. Neden yaklaşan her arabada alarma geçsin ki? Yani bizim için önemli olan şeylere yeterince zaman ayırabilmemiz için, tanıdığımız, bildiğimiz şeylerin çoğu, normal ve bilinçsiz olarak yok sayılır.

Mesela daha sonra sorulduğunda, bir otobüs durağında beklerken önünüzden kaç araba geçtiğini kesinlikle söyleyemezsiniz. Zira bu durum, bununla ilgilenecek kadar önemli değildir. Ayrıca, hangi insanların ne zaman otobüse bindikleri veya indikleri

veya son trafik ışıklarında kaç yayanın karşıdan karşıya geçtiği gibi sorularda da bu böyledir.

Dikkatimizi gazeteye vermişizdir veya hâlâ partnerimizle beraber olduğumuzu ya da biraz sonra büroda yapılacak toplantıyı düşünmekteyizdir.

Algılanabilir dünyanın sadece ufak bir parçasını bilinçli olarak kavrarız.

Ve bu, bizim kendimiz için önemli ve doğru bulduğumuz parçadır.

Bilinçsiz olarak, saniyede tam 11.000 etki alır ve bunları istemesek de beynimizde depolarız. Bilinçli olarak, saniyede dokuz kadar etkiyi anlarız. Bunun anlamı, bilinçaltımızın, bizim haberimiz olmaksızın, sayısız şey depoladığıdır. Üzerimize akan etkilerin, bilinçli olarak, sadece binde birini algılarız.

• **Tüm şeylerin yüzde sekizinin de binde birini bilinçli olarak algılar ve bunu, her şeyi içeren gerçek olarak kabul ederiz.**

Yani yaşadığımız gerçek, bizi saran bütün hakikat ile mukayese edildiğinde, kaybolacak kadar küçüktür. Dünyayı, tüm büyüklüğüyle algılayamayız. Her gün, bilinçli ve çoğu zaman bilinçsiz olarak, algılarımızı neye yönlendireceğimize karar veririz. Diğer şeyler, bizim için yoktur.

Bazı şeyleri uzun süre hayatımızdan çıkardığımızda, başkaları için bunların hâlâ mevcut olduğuna bile inanmayız.

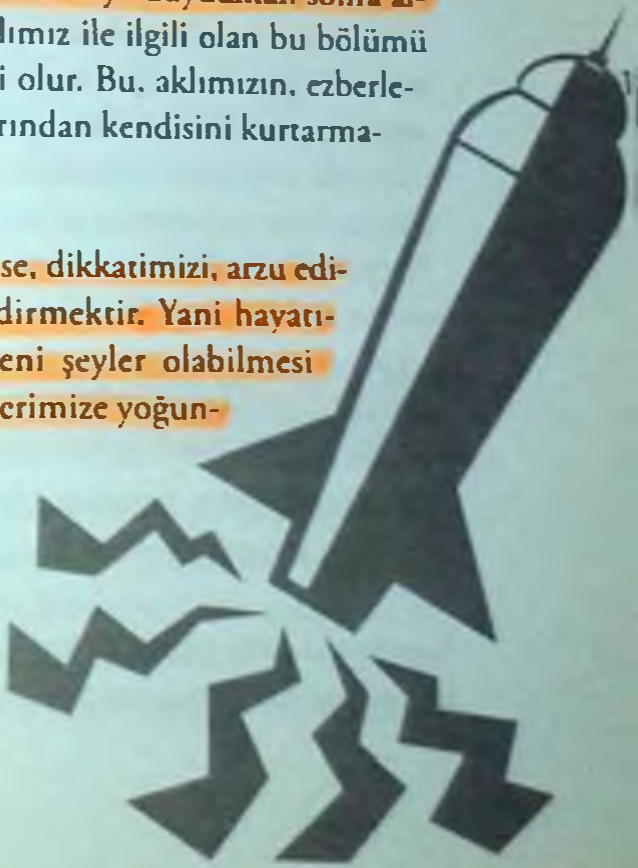
Ama gerçek, bu değildir! Bu sadece, aklın, üç mozaik taşından bir resim yapmayı denemesidir. Çevrede duran, daha binlerce mozaik taşını algılamamaktadır; bunlar, resme uymamaktadır. Bu biçimde, kendi kendine algılamalarının doğru olduğunu teyit eder ve bize de yaşadıklarımızdan başka bir şey olmadığını aynalar.

"Bir balonla havada yolculuk yapmaktan başka türde bir hava yolculuğu yapılabileceğine dair
en ufak bir umudum yok."
(Lord Kelvin, Fizikçi)

Peki, biz, bize daha fazla olanak sağlayabilecek, daha renkli bir gerçek içinde yaşamak; daha değişik görünüşleri olan bir resim yapmak istersek ne yapacağız? Hayatımıza başka bir realite davet etmek istersek ne olacak?

İlk yapılacak şey, şimdiye kadar algıladıklarımızdan çok daha fazla şeyin mevcut olduğu bilincine varmamızdır. Akıl, daha derin kademelerdeki şeyleri, en az üç kere okuduktan veya duyduktan sonra algılar. Bu yüzden, aklımız ile ilgili olan bu bölümü sık sık okumamız iyi olur. Bu, aklımızın, ezberlediği düşünce kalıplarından kendisini kurtarmasına yardımcı olur.

İkinci yapılacak şey ise, dikkatimizi, arzu edilen alanlara yönlendirmektir. Yani hayatımızda değişik ve yeni şeyler olabilmesi için, başka düşüncelerimize yoğunlaşmalıyız.



Titreşim frekansını yükseltmek

Bu, radyodaki bir kanalın değiştirilmesi gibi bir şeydir. Olayları algıladığımız frekansımızın düğmesini birazcık oynatırız.

Ama bunu nasıl yaparız?
Mesela, titreşimimizi, güzel şeyler düşünerek veya kutsal isimleri seslendirerek yükseltebiliriz. Sadece kutsal bir kelime olan "OM" kelimesini veya pozitif afirmasyon cümlelerini tekrarlamak bile, düşünsel titreşimlerimizi, şimdiye kadar bilmediğimiz alanlara yükseltir ve bu sayede, dıştaki, görünür dünyada ulaşılması mümkün olmayacak gibi görünen şeylerin hayatımıza girmesine olanak sağlar.
Pozitif düşüncelerin, negatif olanlara göre, her zaman daha yüksek titreşimi vardır.

Pozitif düşünceler yaymak da vericinin düğmesini çevirmektir. Şimdiye kadar "dışarıda" hep "arz" edilmiş, ancak bizim hayatımızda yer almamış şeyler için daha uyanık oluruz.

Kendimizi, arzu edilen frekansa açmadıkça, onu anlayamayız da. Onu, ne duyar ne elleyebilir, ne de

yatağımıza davet edebiliriz. Doğru istemeyi arzuluyorsak kendimizi yeniliklere açmalıyız, yoksa gerçekleştiğini de anlayamayız.

Gerçek olan, bir şeyi yeterince uzun bir süre bilincimizde muhafaza edersek, bunun dış dünyada da maddeleşmek zorunda olduğudur. Ancak ve maalesef bilincimiz, muntazaman enerji yayan tek merci değildir. İçimizde çok daha inatçı ve istekleri olan bir parçamız daha vardır. Bu yüzden, şimdi aşağıdaki soru ile ilgilenelim:

Bilinçaltımızda sürekli ve tekrar tekrar, tam olarak neleri tutarız?

İstemeden, dilekleri nasıl filtre ederiz?
İçimizde bir boykotçu mu var?

İnanç cümleleri

Eğer dilediklerimiz olmuyorsa, çoğu zaman, birinci dilekten daha güçlü ikinci bir inancımız vardır. Bu ikinci inanç, mutlaka birinciye karşı çalışır ve de daha sürekli, daha büyük ve önemli bir azim ile. Kendimize bir şey dilediğimizde, bu nasıl çalışır?

Dileme biçimimizi bir kere dikkatlice incelersek görürüz ki, günde on dakika kadar bu dileğimizle ilgileniriz. Dileğimize güç verir, belki iç gözümüzle hayal bile ederiz; yani vizyonumuza dâhil eder, ama sonra tekrar gündelik yaşantımıza devam ederiz. Ama geriye kalan yirmi üç saat ve elli dakika, bunun zaten olamayacağına, bunların zırva olduğuna, aslında zaten bu dileğimizi karşılayacak şeylerin bizim hakkımız olmadığına inanırız. Zaten hep mağlup olmuşuzdur. Hep başkaları mutludur.

Bu durumda hangi dilek daha güçlüdür?
Hangi dilek, daha sürekli ve daha kuvvetlidir?

Çoğu zaman, bilincimizdeki dileklerimizle bilinçaltımızdaki inançlarımız çok çelişkilidir, birbirine benzemez ve hatta birbirine muhaliftir. Dileğimizin gerçekleşmesine ramak kaldığında bile; bu hediye, elimizi uzatsak dokunabileceğimiz bir yere geldiğinde bile, ne yapacağımızı bilemeyiz ve bu şans, kullanılamadan uzaklaşır.

Bu durumda insan, kendisi için çok yoğun bir biçimde bir şey ister, ama içten içe bunu kabul etmeye hazır değildir. Özlem, belli bir yöne doğru

yoğunlaşırken, gerçek dünyada, bu yeni rolü kabul etmeye, aslında hiç yeteneğimiz yoktur. En azından ben, böyle bir şey yaşadım. Zamanım gelmeden yıllar önce .

Yirmi sene önce, yazı yazma konusunda güçlü bir dileğim vardı. Ama ne yazacaktım? Benim paylaşmak istediklerimle kim ilgilenirdi ki? Yani hangi konuda yazacağım ve kimin için yazacağım konusunu tam olarak bilmiyordum. Ama bunu istiyordum. Net ve belirgin bir biçimde. Bir kitabımın yayınlanmasını istiyordum. İsteğimi dile getirdim, teşekkür ettim ve güvendim.

Birkaç hafta sonra, gecenin geç bir saatinde, Berlin'deki bir diskonun barındaydım. Bir adam, gökten düşercesine bana döndü ve "Siz, kitap yazacaksınız. Ve bu, benim için olacak." dedi. Bu insanın benden ne istediğini anlamadım ve güldüm. Ama o, ısrar etti. "Siz, sadece sizin yazabileceğiniz bir şeyler yazacaksınız. Ve ben, bunu yayınlayacağım."

Bana kartvizitini uzattı. Gerçekten bir yayıncıydı. Hem de en büyük yayınevlerinden birinden.

"Benim yazıp yazamayacağımı bile bilmiyorsunuz," dedim, "Ya da yazmak isteyip istemediğimi de." "Böyle olmasaydı sizinle konuşur muydum?" diye gülümseyerek sordu. "Siz, bir şeyler yazacaksınız, hatta çok derinlere inen bir konuda. Hazır olduğunuzda, beni arayın."

Şok geçirdim. Dileğim yerine gelmişti. Daha bir satır bile yazmadan bir yayıncım olmuştu.

Ama ben, buna hiç hazır değildim. Yeterli olmadığım konusunda çok korktuğum için, yayıncıyı aramadım tabii. Tek bir satır bile yazmadım. Buna karşılık, kız arkadaşımla fena hâlde bozuştum. Ben kesin kararımı vermiştim, o ise henüz hazır değildi. Gözyaşlarına boğuldu. Birkaç hafta, beni hasedi ve kıskançlığı ile boğdu ve ben, kendim de yetersizliğimle boğuşuyordum. Zaten yazamıyordum ki! Yani dileğimin yerine gelmesi, bana sadece sıkıntı yaratmıştı. Elimi uzatıp hediyemi kabul edeceğim yerde, başarılı olduğum yere saklandım; tiyatro sahnesinde, başka yazarların yazdığı metinleri okudum. Aynı anda da zamanında faaliyete geçmediğim için kendimi çok berbat hissediyordum. Kendimi çok başarısız buluyordum.

Ve bunların hepsi, henüz beceremeyeceğim bir şeyi dilediğim için başıma gelmişti.

Dileğim yerine gelmişti, ama ben bu şansı kullanamazdım, çünkü benim iç dünyamda çok farklı inançlar yerleşikti. "Ben yazamam. Yazdıklarımla kimse ilgilenmez. Kendimi sadece gülünç duruma düşürürüm. Ben bir palavracıyım. Ben bir şarlatanım. Kendimi olduğum gibi sunarsam, herkes, benim hiçbir şey yapamayacağımı görür."

Dünya,
düşünce gücünden oluşur.
Tekrar tekrar, yeniden.
Her gün ve her gece.

Biz,
ne düşünürsek
o oluruz.

Yani sadece ne düşündüğümüzü kontrol etmeliyiz. Hayatımızı şu anda nasıl yaşıyorsak, bunu yaratan hangi düşünce programları çalışıyor? Kendi mevcut programlarımızı keşfedebilmek, her zaman kolay değildir. Birçoğu, bilinçsiz olarak çalışmaktadır. Bunlar, ne tür programlardır? Bunları, hayat görüşlerimizden ve hayat hakkındaki düşüncelerimizden kolayca anlayabiliriz. En güçlü programlar, inançlarımız üzerinden çalışır. Hangi inanç kalıplarına sahibiz?

İnanç kalıplarını bulmak

Çocukluğumuzdan beri, sayısız şeyi hayatımızdan sileriz. Bunların yerine ebeveynimizin, büyük anne ve büyük babalarımızın, kardeşlerimizin ve öğretmenlerimizin fikirlerini üstleniriz. Onların dünyasında büyürüz. Onlardan öğrendiğimiz her şey, bize karşı nasıl davrandıkları, bize neler söyledikleri; tabii, kendi kendilerine ve diğer insanlara karşı nasıl davrandıkları, problemleri nasıl çözdükleri, partnerleri ile olan birliklerini nasıl yürüttükleri ve dünyaya karşı hangi tavırla durdukları, bizi yoğun bir biçimde etkiler. Bu tür konuların perde arkasını soruşturmadan veya doğruluğunu kontrol etme-

den, kendimize aktarırız. O andan itibaren de gerçeği, inandıklarımızla sınırlandırırız. Ve sadece algıladıklarımız bizim için gerçek olduğundan, inancımızın da güçlendiğini hissederiz. Neye inanırsam, o gerçekleşir. İnanmadığım şeyin hayatımda olması mümkün değildir. Gerçek olan şudur ki; insan, inancı nedeniyle, kendi kendini hayatın bazı nimetlerine kapatır.

İnanç cümleleri, emir cümleleridir.

Sürekli döner durur, aynı olayları yaşarız, zira bunları, sınırlandırılmış düşüncelerimizle devamlı yaratırız. Dünyamızı, kendi inançlarımıza göre yaratırız. İnancımızın teyitleriyle yaşar, daha da yoğun bir biçimde bu yönde düşünürüz. Neye inanıyorsak, bizim için o gerçekleşir.

Ama biz, başka türlü de düşünebilirdik. O zaman, hayatımızda bambaşka şeyler gerçekleşirdi. Ancak düşünceleri değiştirmek, pek o kadar kolay olmaz. İnanç cümlelerimiz, çoğu zaman o kadar derindedir ki, bunlardan kurtulmak veya bunları değiştirmek çok zor gelir. Bunları bulabilmek bile, çoğu zaman çok güçtür. Ancak çok iyi bir çare de vardır.

Okumaya devam etmeden önce, aşağıdaki cümlelerden hangilerinin sizden de gelebileceğini işaretleyin. Bu ifadelerden hangisi sizin de olabilir? Hangilerini ebeveyninizden, kardeşlerinizden, öğretmenlerinizden, arkadaşlarınızdan veya televizyondan devraldınız?

- Hiçbir şeye yaramıyorum.
- Bu, benim hakkım değil.
- Hiçbir zaman mutlu olamayacağım.
- Zaten beni kim sever ki?
- Ben bunu başaramam.
- Diğerleri benden iyi.
- Tanrı yok.
- Seks kötüdür.
- Sevgi hep sömürülür.
- Gerçek aşk diye bir şey yoktur.
- Seven aldatılır.
- Her zaman parasızım.
- Başkaları, benden daha iyi.
- Bunun olacağına inanmıyorum.
- Hiç doğru yapamayacağım.
- Sevginin hak edilmesi gerekir.
- Beni saymazlar zaten.
- Ben ne değiştirebilirim ki?

- Tartışmak yerine boyun eğmek daha iyidir.
- Ben nasıl olsa yine kaybederim.
- Kimse beni gerçekten, olduğum gibi sevmez.
- Zaten hiçbir zaman istediğim olmaz.
- Gerçekte nasıl olduğumu gösterirsem, herkes beni terk eder.
- Utanmalıyım.
- Her şey iyi olurdu, eğer...
- Paraya gelince dostluk biter.
- Aslında...
- Ben ... yapmamalıyım.
- Hepsi benim suçum.
- Zaten beni kimse dinlemez.
- Kadınları anlamıyorum.
- Erkekleri anlamıyorum.
- Kimse benimle ilgilenmiyor.
- Ne istesem olmuyor.
- Dans edemiyorum.
- Hesap yapamıyorum.
- Her şeyi yanlış yapıyorum.
- Başkaları benden daha iyi.
- Ben, bir erkeği gerçekten tatmin edemem.
- Ben, bir kadını gerçekten tatmin edemem.
- Ben hiçbir şeyi başaramıyorum.
- Hep şanssızım.

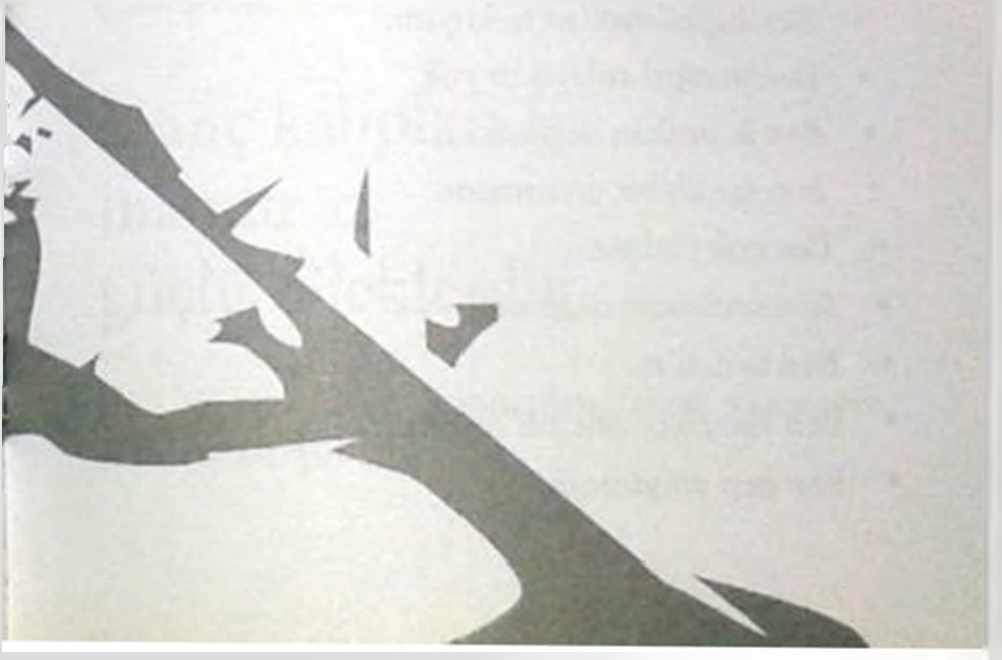
- Seks hakkında konuşulmaz.
- Kendi kendimi kandırıyorum.
- Kimseye güvenim yok artık.
- Ben artık kendime bile güvenmiyorum.
- Hayat zor.
- Çalışmak yorucu.
- Ancak çok çalışarak zengin olunur.
- Para, karakteri bozar.
- Hiçbir şey aklımda kalmıyor.
- Çok yavaş düşünüyorum.
- Söyleyecek bir şeyim yok.
- Dikkate alınmıyorum.
- Beni sevemezler.
- Partnersiz yaşayamam.
- Çalışmayan paslanır.
- Gevşeyemiyorum.
- Hiçbir şey beklentilerimi karşılamıyor.
- Aşk hassaslaştırır.
- Aşk geçicidir.
- Her şey için mücadele etmek zorundayım.
- Hep kullanılmaktayım.
- Güzelleşmek uğruna eziyet çekilmelidir.
- İnsan kendi kendini methetmez.
- Ben bunu yapamam.
- O beni hak etmiyor.

- Önce borcumu ödemeliyim.
- Ben bunu hak etmedim.
- Çalışmayana ödül yok.
- Bu tür arzularım olmamalı.
- Kendimi küçük ve çirkin hissediyorum.
- Bütün dünya bana karşı.
- Benim hayatımda mucize diye bir şey yok.
- Benim işim değersiz.
- Hiçbir zaman yeterli olmuyor.
- Ben yeterli değilim.
- Kimse beni sevmiyor.

Buna ilaveten, bir de "Ben ...im." cümleleri ile kendi kendimizi tanımlamalarımız vardır (Tanımlamanın kelime anlamı da "sınırlama"dır ve kendini tanımlama da, "Sınırlarımı çiziyorum ve geriye kalan gerçekleri dışarıda bırakıyorum." demektir.).

- Ben önemsizim.
- Ben yalnızım.
- Ben aptalım.
- Ben çaresizim.
- Ben değersizim.
- Ben bir işe yaramam.
- Ben sadece bir yüküm.
- Ben bu dünya için fazla iyiyim.

- Ben suçluyum.
- Ben kötüyüm.
- Ben korkağım.
- Benim müzik yeteneğim yok.
- Ben tembelim.
- Ben hastayım.
- Ben çok şişmanım.
- Ben çok zayıfım.
- Ben yeterince akıllı değilim.
- Ben kötü bir insanım.
- Ben utangacım.
- Ben ciddiyim.
- Ben ciddi olamıyorum.
- Ben yalnız yaşamaktan mutluyum.
- Ben olgun değilim.



- Ben çekici değilim.
- Ben tutucuyum.
- Ben toprağa bağımlıyım.
- Ben çok yüzeyselim.
- Ben güzel konuşamıyorum.
- Ben sapığım.
- Ben normal değilim.
- Ben kolay kandırılırım.
- Ben güçsüzüm.
- Benim fantazilerim yok.
- Ben kibirliyim.
- Ben katı, ama adilim.
- Ben sürekli dağınığım.
- Ben başkalarından farklıyım.
- Benim espri anlayışım yok.
- Ben konuşkan değilim.
- Ben zavallı bir domuzum.
- Ben çok yaşlıyım.
- Ben sevilmeye değmem.
- Ben bencilim.
- Ben yeterince önemli değilim.
- Ben hep yorgunum.

- Ben beceriksizim.
- Ben güzel değilim.
- Ben sürekli hastayım.
- Ben mutsuzum.

Bu inanç örneklerinden hangileri sizi de ilgilendiriyor? Hangileri sizi tanımlıyor? Hangileri etinize kemiğinize kadar işlemiş ve böylece sizin gerçeklerinizden olmuş?

Eminim ki birçok ifadeyi işaretlediniz. Evet, şimdi sürekli ve bilinçsiz olarak hangi dilekleri gönderdiğinizi biliyorsunuz. Bilinçli isteklerimizi genellikle bu dileklerle frenleriz veya tam tersini döndürürüz.

İnanç kalıpları, inanılmaz güçlü dileklerdir.

Zira hiç bıkmadan, usanmadan, tekrar tekrar söylenir veya düşünülür.

Mesela, sevginin kazanılması gerektiğine inanılıyorsa sürekli bu düşünce gönderilir ve teyidi alınır. Sadece çok çalışılarak para kazanılacağına inanılırsa, yaşanılanlar da bu yönde olacaktır.

• Bu değişik inanç cümleleri karmaşasından, şahsiyetimizi oluştururuz.
• Şahsi inanç cümlelerimizin dışında kalanlarla bilinçsiz bir biçimde savaşırız.

Şimdi biz, yeni, değişik, tamamen aykırı dilekler ve inanç cümleleri düşünmek ve dünyaya yaymak istediğimizde, eskiyi yok etmek için, binlerce defa yenileri düşünmemiz gerekmez. Hayır, evren bizim düşündüğümüzden çok daha hızlı tepki verir. Buna rağmen bazı durumlarda biraz vakit gerekir; zira yeni cümlelere biz kendimiz bile inanmayız ve aynı zamanda dileğimizle birlikte önemli ölçüde şüphe de yayarız. Ve o zaman, "dilekleri işleme koyan makam"a, karmaşık bir dilek demeti ulaşır. Şimdi, hangi dilek öncelik kazanır? Tabii ki uzun bir geçmişi olan! Dünyamızdaki herhangi bir uzman kişi de aynı şeyi yapardı. Eski dosyalara bakar ve sonra, alışkanlıklarımıza uygun çözümü seçerdi.
Dileklerin çoğu, eksiklik bilinci ile biçimlendirilir.

Mesela, bilinçli dileğim, "Ben güzelim." ise ve ben buna gerçekten inanmıyorsam, hiçbir faydası olmaz. Günde on dakika, bilinçli olarak dileğime enerji verir, ama geriye kalan yirmi üç saat elli dakikada aksine inanırsam, sizce hangi dileğim yerine gelir?

İnanç kalıplarını çözmek

Ama eski inanç kalıplarını nasıl yok edebiliriz? Bunların, aslında nereye ait olduklarını, ne zaman ve neden oluştuklarını keşfederek! En iyisi, işaretlenen noktaları bir kâğıda yazıp bu inançların gerçekten nereden geldikleri konusunu irdelemektir. Bu düşünceler, ne zaman ve nerede oluştular? Hangi olaylar buna sebep olmuştu? Kim bu cümleleri sık sık kullanırdı? Hangi şahıslar kendileri hakkında bu inanca sahipti? Ve kim, defalarca, bu davranışa sahip olduğumuza bizi inandırdı?

Oraya geri gidersek, kaynağa dönersek, gerçeği keşfedebiliriz.

Sakin bir biçimde oturun, gevşeyin ve işaretlediğiniz noktalardan birini seçin. Gözlerinizi kapatın ve kendinize tekrar tekrar şu soruyu sorun: "Her şey nerede başladı?" Çoktan unutulmuş ne çok resmin ortaya çıktığına şaşıracaksınız. Aslında çok eskiden olmuş, ama hâlâ kendi hakkımızdaki fikirlerimizi oluşturan olaylar.

Ve birdenbire, inandığımız birçok şeyin aslında bize ait olmadığını, ya babamızdan ya da annemizden kaynaklandığını anlarız. Belki bu cümleler, onlar tarafından defalarca bize öğütlenmişti. Günün birinde de bu cümleleri tamamen üstlenmişizdir. Bu fikirlerle kendimizi özdeşleştirmeye başlamışızdır. Çocukluğumuzdan beri de bu yanlış düşünce kalıplarını içimizde taşır dururuz.

Şimdi, bunların sadece edinilmiş kanaatler olduğunu ve mutlak gerçek olmadığını anlamaya başlarsak, kendimize ait düşüncelerimiz de değişecektir. Kendi kendimizi başka gözlerle incelemeye başlarız. Şimdiye kadar inandıklarımızdan artık emin olamayacağız. Ve bunun böyle olması iyidir. Zira bu durum, bizim, evrene gönderdiğimiz negatif emir cümlelerinin gücünü azaltacaktır.

Alıştırmanın amacı, negatif cümleleri zayıflatıp pozitifleri güçlendirmektir. Bu, akıcı bir biçimde gerçekleşir; peşpeşe. Mekânlar boşalmaya ve sonra yeni şeylerle dolmaya başlar. Ve bu yüzden, "frenleme aksiyonu"muza paralel olarak, pozitif dilekler listemizi hazırlamaya da başlamalıyız. Mucizeler, pozitif düşünce kalıpları ile başlar.

Şimdi hatırlayalım:

- Madde, enerjiden oluşur ve üzerine odaklanan enerji ile biçimlenir.
- Her ne düşünürsek, o, maddeye dönüşür.
- Bizim, kendimiz için ne istediğimiz, enerjinin umurunda değildir.
- Beklediğimiz biçimde, lehimize veya aleyhimize çalışır.
- Biz, kendimizi, kendi düşüncelerimizle sınırlarız.
- Biz kendimizi, kendi inançlarımızla sınırlarız.
- Biz kendimizi, negatif emir kalıplarımızla sınırlarız.
- Her zaman, neye inanıyorsak onu yaşarız.
- Mümkün olduğuna inandığımız her şey, mümkündür.

Mesela, daha çekici olma isteğini ele alalım. Kendi kendimizi güzel olduğumuza nasıl inandırırız?

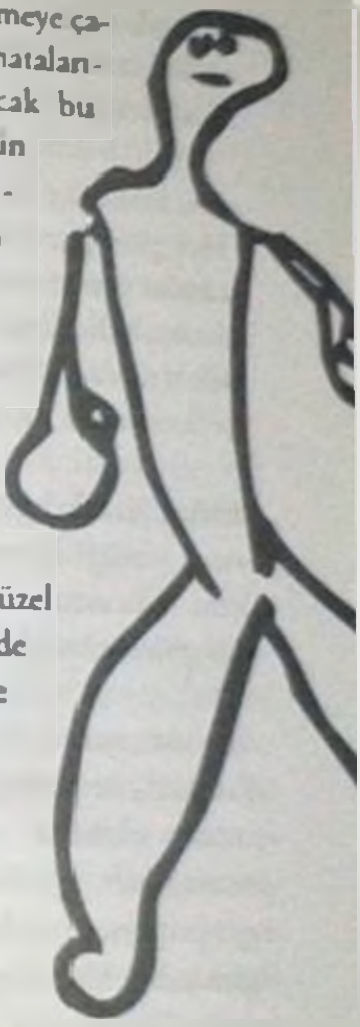
Güzel Olma Alıştırması

Sakin bir zaman ayır, telefonun sesini kapat ve evinde, bir süre rahatsız edilmeyeceğin bir yer bul. Yumuşak, huzurlu bir ışık iyi olur ve de büyük bir aynaya ihtiyacımız var. Belki koridordakine veya banyodakine.

Sonra, bu büyük aynanın önüne otur, çıplak olursan daha iyi. Normal olarak ne olur? Hemen bedensel hatalarımızı görürüz. Çok şişman, çok gevşek, çok yumuşak, çok sarkık, çok yaşlı, çok büyük, çok küçük, çok açık renkte, çok kırışık, çok biçimsiz. Genellikle, hemen selülitlerimize, şişkinliklere ve çukurluklara ve cilt bozukluklarımıza yoğunlaşırız.

Birisi, bize güzel olduğumuzu söylediğinde, inatla buna karşı çıkar, hemen ve dikkat çeken bir istekle, vücudumuzun nerelerinin kusurlu olduğunu anlatmaya çalışırız. Bu çok şaşırtıcıdır. Hepimiz güzel olmak isteriz, ama birisi bizde güzel bir şeyler gö-

rürse de onu, hemen aksine ikna etmeye çalışır, aslında saklamak istediğimiz hatalarımızı çekinmeden gösteririz. Ancak bu şekilde, sadece karşımızdakini çirkin olduğumuz konusunda ikna etmekle kalmaz, kendimizi de buna inandırmış oluruz. Hem de sürekli olarak.



Biz, kendi kendimizin en büyük eleştiricisiyizdir!

Ancak karşı taraf "hatasını" kabul ettiğinde pes ederiz. Biz güzel değilizdir işte! İkna işlemi bittiğinde ise çoğu zaman derin bir üzüntüye kapılırız. Zira güzel olmamak, rahatsız edici bir durumdur. Buna rağmen her gün, kendimizi ve başkalarını buna inandırırız.

Şimdi, önünde oturduğumuz aynamıza geri dönelim. Bugün, bunu başka türlü yapalım. Bugün, kendimizi sakin ve dingin bir biçimde inceleyelim.

Yargılamadan. Nefesimizi inceleyelim, cildimizi, eklemlerimizi. O anın sıcaklığını ve mahremiyetini hissedelim.

Bu, bizim ne kadar çok iş yapan vücudumuzdur. Her gün, her dakika bizim emrimizdedir. Hiçbir zaman pes etmez. Onu ne kadar aşağılasak ya da zorlasak da. Onu ne kadar darıltsak ya da hor görsek de. Vücudumuz harikadır. Yaşadığımız güzel şeyleri onsuz yaşayamazdık.

Birkaç dakikalığına, vücudumuza, bize yorulmaksızın verdiği hizmetler için tüm dikkatimizi verelim. Vücudumuza karşı duyduğumuz şükran duygularımızı hissedelim.

Bir süre sonra, tüm konsantrasyonumuzu, vücudumuzda beğendiğimiz şeylere döndürelim. Bu, saçımız olabilir, ağzımız, omuzlarımız, bir parmağımız, büyük ayak parmağımız, göğüslerimiz veya popomuz olabilir. Belki de "sadece" göbek deliğimizdir. Her zaman hoşumuza gidecek bir şey vardır. Şimdi ona yoğunlaşıp şunları düşünelim: "Güzelliğe duyduğum isteğimi şimdi açıklamaya kararlı ve hazırım. Bu mucizeyi, şimdi hayatıma çe-

kebilirim. Negatif düşüncelerin, bana ait olmadığını ve günbegün zayıfladıklarını biliyorum. Vücudumu seviyor ve onu büyük bir hayranlıkla seyrediyorum. Ben, güzel ve arzulanabilen biriyim. Ve öyle olmak, benim hakkım."

Eğer bu alıştırmayı birkaç akşam tekrarlarsak, bir süre kendimize ve vücudumuza saygılı davranırsak, gittikçe daha çok beğendiğimiz yerlerimizi keşfederiz. Her gün, kendimizi daha fazla kabulleniriz. Vücudumuz, güzel ve harikadır. Çok iş başarır ve şimdi, onu dikkate alıp takdirimizi belirttiğimizde, her gün daha güzel olmaya başlar.

Vücudumuz, hemen değişip daha güzel olacak değil (sanki çirkin bir vücut olurmuş gibi); aksine, bizim kendimizden edindiğimiz izlenim değişir. Artık, "Bedenimiz, ancak Claudia Schiffer veya Brad Pitt gibi olduğunda, güzel demektir." şeklinde anormal bir ölçü koymayız. Vücudumuzun güzelliğini şimdi görürüz. İç güzellik, dış güzelliği çeker. Ve böylece, bedenimiz, gerçekten gittikçe güzelleşir ve çekiciliğimiz artar.

Şimdi, "Ben güzelim." dileğimizi yaydığımıza göre,

gizli direncimiz oldukça küçülmüş demektir. İstek, artık sabitlenmiştir.

Güzelliği kabul ediyorum.

Şimdi artık, güzellik frekansına geçmişizdir. Bu enerjiyi yayar ve aynı zamanda titreşimimizi yükseltiriz. Enerjiyi muhafaza etme ve rezonans kanunu, bizim için çalışır. Belki, hemen o sıralar bize, "ne kadar güzel olduğumuz" söylenecektir. Ve o zaman, artık karşımızdaki kişiyi aksine inandırmak gibi bir hata yapmayız. "Evet, ben güzelim. Ve her gün daha güzel oluyorum." Olanaksız mı? Hayır, hiçbir şey olanaksız değildir. Şimdi, biz "olabilir" dersek hiçbir şeyin olanaksız olmadığına dair bir başka örnek daha. Yapmamız gereken tek şey, sadece, bir şeyin neden olamayacağına dair, kendimize sürekli bir şeyler söylemekten vazgeçmemizdir. Bazen neredeyse, başarısızlıklar için sebepler ararız.

Ancak bazı istekler, hemen yerine gelir. Sadece, kendi hayatımızı, kendi bilinçli ve bilinçsiz inanç kalıplarımızla, kendimizin biçimlendirdiğini unutmamalıyız.

Olanaksız olan, hemen halledilir.

"Ve Bu Sonun Başlangıcı" isimli sinema filmimizin son çalışmaları sırasında, Münih'te iken kendimizi o kadar rahat hissetmiştik ki, kesinlikle tekrar Münih'e gitmek istiyorduk. Orada hava çok güzeldi, insanlar çok güler yüzlüydü ve tüm arkadaşlarımız oraya yerleşmişti. Münih, bizim evimiz gibiydi. Ama anında, bunun gerçekleşemeyeceğine dair bin-bir inanç kalıbı aklımıza gelmeye başladı.

• Şehrimize geri dönmemiz o kadar da basit değildi, zira kızımız Julia, Bonn'da, enternasyonal bir okula gidiyordu.
• Onu Münih'teki bir okula nakletmek, mutlaka mümkün olmayacaktı, zira İngilizce eğitim yapan bütün okullar fazlasıyla doluydu.
• Yılları kapsayan bekleme listeleri vardı.
• Tabii bunu dileyebilirdik, ancak gerçekçi bir gözle bakılırsa dileğimizin gerçekleşmesi için belli bir süre gerekirdi, ama yaz tatilinin başlamasına da iki iş günü kalmıştı.

• Muhtemelen artık okulda görevliler de kalmamıştı.
• Büyük bir ihtimalle, sınıf listeleri de çoktan hazırlanmış ve açıklanmıştı.
• Bizim için yer yoktu. Ne bizim için ne de dünyadaki başka bir insan için.
• Bu sene artık bir şey yapılamaz. Ne kadar çok dilesek de artık mümkün değil.
• Belki gelecek sene bile mümkün olamayacak.

Sonra, kendi kendimize, negatif cümleler tuzağına düştüğümüzü fark ettik. Yani başarısızlığı tasarlama yolundaydık. Hemen çark ettik ve dilemeye başladık. Ne de olsa doğru istemek, bizim ikinci karakterimiz gibi olmuştu. Ancak dileğin peşine düşmek, pek de gerçekçi görünmüyordu.

Neden değil?

Burada yine mantık, şüpheleri ile birlikte arka kapıdan içeri sızmıştı.

Neden sadece olayların oluşmasını beklemiyorduk? Ve garip bir biçimde, dileğimizi dile getirdikten sonra, içimden sürekli olarak, en iyi enternasyonal

okullardan birine telefon etmek için bir dürtü hissettim. Michaela, sadece gülümsüyordu. Aklım, "Bu tabii ki bir aptallık." diyordu. Tabii ki bu dileğin gerçekleşmesi, kesinlikle mümkün değildi. Tabii ki bu iş yürümezdi. Ancak Michaela, istediğin dile getirilmesinden sonra çok ince enerjilere dikkat kesilir. Benim hissettiklerimin üstünden iki dakika geçmeden, okul yönetimini aradı.

İnanılmaz mucize, biçimlenmeye başladı. Kendisine, gerçekten de ikinci sınıfta bir yer olduğu söylendi -başka bir çocuk, şimdi sınıftan ayrılmıştı- ve ertesi gün, yani okulun son gününde uğramamız istendi. Ancak bize pek umut vermek de istemiyorlardı, zira normal olarak kayıt işlemleri de oldukçe uzun sürüyordu.

Ertesi sabah, şaşkın bir vaziyette, Müdire Hanımın odasında oturuyorduk. Okula girerken, karşıdan ağlayan bir çift gelmekteydi. Çocuklarına okulda yer bulamamışlardı ve bu yüzden İngiltere'ye geri döneceklerdi.

Müdirenin tüm cana yakınlığına rağmen, bizi de senede binlerce öğrenciyi reddettikleri gibi redde-

decekleri konusunda tereddüdümüz yoktu aslında. Diğer taraftan da biz bunu dilemiştik ve dileğimiz, bizi buraya kadar getirmişti. Mucizevi bir biçimde, verilecek bir boş yeri daha olan müdirenin odasının ortasına kadar. Okuldaki tek bir yer! Ve bu yer de tam Julia'nın gitmesi gereken ikinci sınıftaydı. Müdire, uzun süre Julia ile konuştu, onunla birkaç test yaptı, birlikte yoğun bir biçimde İngilizce konuştular. Ve bir saat kadar sonra, mucize gerçeğe döndü. Müdire, bize doğru gülümseyerek başını salladı ve Julia'nın ismini, yeni öğrenciler listesine yazdı.

Eğer gerçekten mümkün olamayacak bir şey varsa, o da buydu: Bir gün içinde, bu okulda bir yer bulabilmek. Yıllar sonra bile, diğer aileler de bu mucizenin, anlaşılır bir şey olmadığını teyit etmektedir.

5. Kural

Endişelenmek yerine güvenmek

Endişelenmek, istemek konusuna negatif etki yapan inanç kalıplarının bir başka biçimidir. Doğru isteyebilmek için, endişelerimizi beslememiz gerekir, zira endişe, isteğimizin yerine gelmeyeceğine dair bir inançtır.

Bir şeye inanmadığını iddia eden kişi, aslında inanmaktadır:
Dilediğinin aksine inanmaktadır.

Her zaman bir şeylere inanmaktayız. Bu, bir şeyin olamayacağına inanmak olsa bile.

Gariptir ki, doğru istemek konusunda, buna olan inancımızdan ziyade, endişelerimizde daha güçlü ve yoğunuzdur. Ancak endişelerimizle, kendi kendimizin yolunu keseriz. Endişelerimizle, henüz gönderdiğimiz isteğimizi geri çekeriz. Çoğu zaman, isteğimize paralel olarak, "Bu zaten olmaz ki." der

veya böyle düşünürüz. Ancak bu düşünce de arzu edilen bir dilekten başka bir şey değildir. O zaman beklentimiz, "Bu olmayacak."tır veya "Benim hayatımda böyle bir şey zaten olamaz." Sonra ne olacaktır? Gönderilen bu dilek de aynı biçimde yerine gelecektir.

Endişe de çok net bir istektir.

Eğer kendimizi sınırlandırmaya karar verirsek, aynen bu sınırlandırmaları yaşarız. Korkulu düşüncelerimiz ile kendi dileğimizi frenleriz. "Eğer bu şimdi olmazsa, o zaman ne yaparım?" şeklindeki bir düşüncenin arkasında yatan da endişedir. Dileğimizin yerine geleceğinden emin olsaydık, kaygımız da olmazdı. Kaygı duymak, dileğin yerine geleceğinden çok, endişelere tutulunduğunu gösterir.

Sonra da çoğu insan, "Ben bunu o kadar çok istedim, ama yine de olmadı. Böyle olacağını zaten biliyordum." der. Ama siz, neyi zaten biliyordunuz? "İstemenin", sizde işe yaramayacağından emindiniz. Bu inancınızı da isteğiniz ile aynı anda gönderdiniz ve isteğinizin tüm enerjisini yok ettiniz. Yani genelde, bilinçli olarak istediğiniz şey, bilinçsiz olarak düşünülen endişe yığını ile örtülür. Doğru istemenin, gerçekten ne kadar başarılı bir şey olduğunu, negatif isteğimizin, yani isteğimizin tam tersinin inatla hayatımıza girmesinden de anlayabiliriz.

Genellikle başarısız olmakta daima başarılı oluruz.

Çok derinlerimizde, sürekli, eksikliklerimizi ve sınırlarımızı düşünüyorsak, dünyanın tüm pozitif düşüncelerinin veya tüm mantralarının faydası olmaz. Zira endişe, çok derinde kökleri olan bir görüştür. Endişe, çok sıkı çapalanmış ve aynı biçimde gerçekleşebilen bir inançtır.

Başarıya inanmayan, başarılı olamaz.

Çıkış yolu

Peki, o zaman endişelerimizle ne yapacağız? Sürekli, bize, bunun hakkımız olmadığını, bunun zaten olamayacağını söyleyen bu küçük sesi ne yapacağız? Bu sesi duymamayı veya onu düşünmemeyi nasıl becereceğiz? Bu, aynı, zayıflamak isterken düşünmememiz gereken çikolata gibidir. O durumda, çikolata bilinçli olarak

"düşünmemek" istenirken, tam aksine onu düşünürüz. Zira bir şeyi düşünmemek, mümkün değildir; düşünmemeyi denemek, tam aksine konuyu düşündürtür. Yani kaçınmak, kötü bir stratejidir, tam da bu biçimde konu hakkında düşünceler oluşturulur.

En iyisi, düşüncelere izin vermek ve onları için için değerlendirmemektir. Düşünceler mevcuttur, suyun içinde yukarıya doğru fokurdayan hava kabarcıkları gibidir, kısaca incelenirler -bunlar, fazla güç ve önem vermediğimiz düşüncelerdir- ve tekrar yorum yapmaksızın serbest bırakılıp yok olurlar. Yeni düşünceler gelir; bazıları günlük olaylardan, diğerleri geçmişten. Bunlar sadece düşüncedir, kötü bir anlam taşımaz. Ancak bunlar hakkında kızmaya başlarsak, insanı rahatsız etmeye başlarlar. Hele bir de onlara engel olunmaya çalışılırsa, güç kazanırlar. "Ben bunu yapamıyorum." veya "Düşüncelerim beni sürekli rahatsız ediyor ve tüm dileklerimi yok ediyor." inancı ile tam da bu senaryo gerçekleşir.

Yani izin vermek ve değerlendirmemek, tek yoldur. Düşünceler gelir, gider ve doğru isteyebilmeyi engellemez. Dileklerimize güvenelim. Rahatsız edici

düşüncelere güç verilmediği sürece güçleri olmaz. Bir adım daha ilerleyip olayı tersine çevirelim:

Neden hep iyi şeylerden şüphelenmek?
Neden bir kere de kötüyü sorgulamamak?

Olumsuz düşüncelerin, gerçekten bizim doğrumuz olup olmadığından da şüphelenebiliriz. Şüphelerimizle, bizi engelleyen inanç kalıplarının sabitlenmesini de frenleyebiliriz. Ancak kendi tecrübelerimden de insanın, kendi olumsuz endişelerini ne kadar çabuk halledebildiğini de biliyorum. Özellikle de şahsi baskı arttıkça.

Mükemmel bir ev dileği

Bonn'dan Münih'e taşınmak istediğimizde, Münih'te sadece benim küçük bürom vardı. Michaela'nın çok neşeli bir yaradılışı vardı ve benim her gün yoğun trafikte gelip gitmemi istemediği için, büronun yakınlarında ve çok güzel bir yer bulmak istiyordu. Hatta bir adım

daha ileriye gitti. Yürüyerek en fazla üç dakikada ulaşılabilecek, harika bir ev kiralayacağımızdan emindi. Bundan ben de emindim. Ne de olsa isteğimizi evrene bildirmiştik.

Ancak kime sorduysak, şaşkın bakışlar ve olumsuz baş sallamaları ile karşılaştık. Bölgedeki emlakçılar, bir seneden önce kesinlikle bir şey bulamayacağımızı söyledi. Bu civarda mümkün değildi, hatta ev bulamadıkları için otellerde bekleyen müşterileri vardı. Gazeteye verdiğimiz ilanlara cevap bile alamadık. Biz, aramaları yoğunlaştırdıkça, dileğimizin gerçekleşmesi daha da imkânsız gibi görünüyordu.

Planlanan taşınma tarihine dört hafta kala, nakliye şirketi yavaş yavaş huzursuzlanmaya başladı. Eşyaların nereye nakledileceğini artık bilmek istiyorlardı, aslında bunu ben de istiyordum. Şirketin, park izni temin etmesi ve durma yasağı levhaları kurması gerekiyordu. Ama hâlâ "dilediğimiz" ev görünürde değildi. Tam aksine. Başaramayacağımızı biliyordum. Şansımızı fazla zorlamıştık.
Ve o zaman, içimde endişeler oluşmaya başladı. Ne olur ne olmaz, eşyalarımız için bir depo kiralasam mı diye düşünmeye başladım. Bu sefer işlerin ters

gideceğinden emindim. Ama Michaela, sarsılmaz inancını sürdürdü. "Bu ev gelecek, biz bunu istiyoruz, öyleyse neden endişelenelim?" Tabii ki haklıydı. Tabii! Ama buradaki durum çok ciddiydi ve çok yavaş işlemekteydi. Ya evrenin zaman anlayışı bizimkinden farklı ise? Veya bu sıralar, evrene inanılmaz çok istek girişi olduysa ve istekler giriş tarihine göre işleme sokuluyorsa? Belki bizim isteklerimizle ilgilenen "görevli"nin başka işleri vardı? Bizim, büroya yakın bir ev biçimindeki ufak isteğimizden çok daha önemli işleri...

Ve nakliye elemanlarına ne söyleyecektik? "İsteğimizi evrene bildirdik ve bu konuda şüpheye düşülmemeli." Bize tamamen kaçık gözüyle bakarlardı.

Samimi olmam gerekirse benim de bazen Michaela'yı... hadi şöyle diyeyim; çok inatçı bulduğum zamanlar olmuyor değil. Ama sonuçta, benim için evliliğimiz, gittikçe yaklaşan, eşyalarımızla sokakta kalma tehlikesinden daha önemliydi. Aslında bu fikir çok komikti: Park etmiş arabaların arasında, ellerimizde kahve fincanlarıyla kanepede oturmak. Ama sonra yağmur yağmaya başlarsa?

Her geçen gün daha sinirli oluyordum. Özellikle de Michaela'ya karşı. İsteğimizin gerçekleşeceğine sınırsız inancı yüzünden, bu başarıya kendisi kadar inanmayan emlakçılarla (hepsi zaten öyleydi) ilişiği kestiği için. "Neden etrafımızı dileğimize karşı çalışan enerjilerle doldurmalıyız ki!" diyordu. Yani taşınmadan az önce, hâlâ evimiz yoktu ve araması için de kimseyi görevlendirmemiş durumdaydık.

Şimdiye kadar doğru istemek konusunda oldukça iyiydim, ama şimdi çok belirgin sınırlar ortaya çıkmıştı. Ama Michaela için değil. Kadınlar, inanılmaz derecede irrasyoneldirler. Her rasyonel düşünce, onlara yabancıdır. Ancak tarih, yaklaştıkça yaklaşıyordu. Michaela da herhangi bir tarihte gerçeği görmek zorundaydı. Ve acımasız gerçek, çok belirgindi. Bu defa isteğin gerçekleşmesi çalışmamıştı. Eşyalarımız sokağa dökülecekti.

Ama Michaela, bu gerçeği kabullenmek istemiyordu ve benim için bu, akılalmaz bir şeydi. Onun için endişelenecek bir şey yoktu. Tam tersine, benim, şüphelerime yer vermemem ve tüm güvenimi isteğimizin gerçekleşeceğine yönlendirmem konusunda bana telkinlerde bulunuyordu.

Ve sonra, gerçekten de mucize oldu! Bunun oluşumu, bir eczanede, ayaküstü başladı. Eczanenin sahibi bayan, bizi görünce tanıdı. Yıllar önce, bize bir hamilelik testi ve iki saat kadar sonra bir tane daha satmıştı. Zira testin sonucu çok kesin çıkmamıştı ve ben Michaela'ya o kadar çok ısrar etmiş ve onu öyle sinirlendirmiştim ki, o da eczacı bayandan yardım istemişti. Test çubuğunun rengi kırmızı mı, mavi mi sayılırdı? Bayan, olayı hâlâ çok iyi hatırlıyordu. Sohbet etmeye başladık ve aniden, eski arkadaşlarından birinin taşınacağını ve evini kiraya vereceğini anlattı. Hemen burada, köşebaşında.

Daha on dakika geçmeden oraya telefon ettik ve ertesi gün için bir buluşma ayarladık. Ama tabii, o zamana kadar dayanamadık. Hemen o gün öğleden sonra, evin etrafında dolaşmaya ve dışarıdan incelemeye başladık. Çok hoşumuza gitti. Bu, bizim evimizdi. Bizim evimiz olduğunu hissediyorduk. Ama ertesi gün, tüm diğer ilgilenenler de eve bakmaya gelecekti. Neden evi bize versinlerdi ki?

"Belki biz bunu istediğimiz için ve tam şimdi gönderildiği için." diyordu Michaela, gülümseyerek ve

sarsılmaz inancıyla. Ve o sırada, ikinci mucize veya isteğimizin ikinci taksiti geldi.

Yavaş yavaş evden uzaklaşırken, yaşlı bir bayan geldi ve bahçe kapısını açmaya çalıştı. Ama kapı tutukluk yaptı. Biz biraz uzaklaşmıştık ki, bize seslendi ve yardım etmemizi istedi. Sadece bahçe kapısını açmakla kalmayıp evin kapısını açmasına da yardım ettik. Bu bayana, ertesi gün diğerleri ile birlikte bu evi gezmeye geleceğimizi söylediğimizde, bizi bunu hemen yapmaya davet etti. Böylece "bizim" evimizi, özel bir turla gezme imkânımız oldu.

Ev, tam aradığımız gibiydi. Çok heyecanlanmıştık. Kafamızda odaları paylaştırmış, hangi eşyayı nereye yerleştireceğimizi bile görür gibi olmuştuk.

Ama henüz orada değildik. Yaşlı bayan, erken karar vermek istemiyordu. Ancak karşılıklı sempati duyulmaktaydı ve işleri halledecek olan oğluna telefon edecekti. Ertesi gün, bütün aile ile tanıştık. Ev ile ilgilenen diğer kişiler gelmeden. Harika bir öğleden sonra idi ve herkes, evi bizim alacağımızı hissediyordu. Daha sonra gelen diğerlerinin daha fazla para teklif etmelerine ve muhtemelen daha güveni-

lir gelirleri olmasına rağmen, kısa bir süre sonra, kira kontratını elimizde tutuyorduk.

Mucize?
Tesadüf?
Veya isteğimizin gönderilmesi mi?

Ancak büyük bir sorun vardı. Ev, ancak üç ay sonra hazır olacaktı. İçi eşya doluydu ve ev sahiplerinin evi daha erken terk etme imkânları yoktu. Ama bu da problem değildi. Eşyaların hepsini eve bırakabilir ve kısa geçiş döneminde büroda yatabilirdik.

Kısa bir süre sonra, planlanandan daha önce onlar evden çıktı ve biz taşındık. Harika, "isteklerimize" uygun ve istediğimiz sürede gelen evimize.

Her şey daha da iyi oldu. Evin, tam isteklerimize uygun ve büroya sadece üç dakikalık yürüme mesafesinin olmasının dışında, ev sahipleri gerçekten sevimli ve örnek insanlardı ve komşularımız açısından olağan dışı bir şekilde şanslıydık. Michaela haklıydı yani. İstekler her zaman gerçekleşir. Öyleyse şüphelenmek neden?

Şüphe,
isteğin
iptal edilmesi
gibi bir şeydir.

Şüphe,
aksini istemek
gibi bir şeydir.

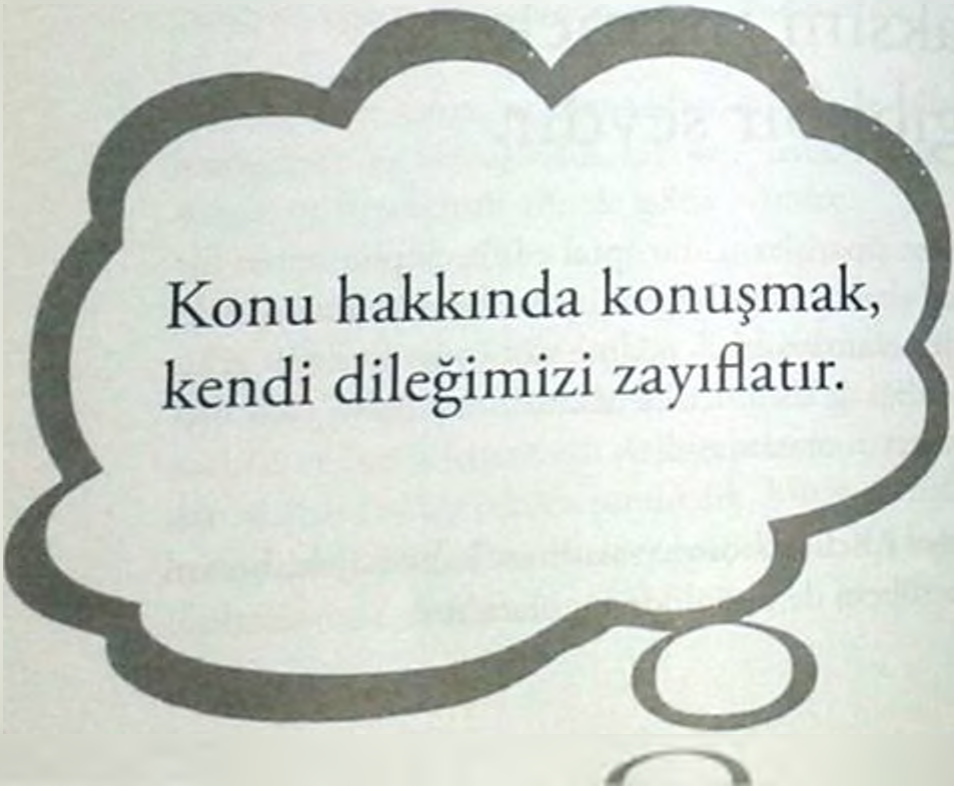
Tüm siparişler tekrar iptal edilir. Şüphe, zaten bir şey olamayacağı bilgisini yayınlar. O zaman istek, "Bu olamayacak." şekline dönüşür. Evrenin gönderdiği de bizim beklentimizin teyididir, yani hiçbir şeyin olmamasıdır.

Eğer Michaela böyle sarsılmaz kalmasaydı, benim tecrübem de kesinlikle bu olacaktı.

Ketumluk

"Doğru istemek" konusunda başarılı olmanın diğer önemli bir noktası da konu hakkında konuşmamaktır. İsteğiniz gerçekleşene kadar, hiç kimse ile bu konuda konuşmayın.

Bir taraftan, sürekli "gevezelikle", enerji, etkisini kaybeder. Diğer taraftan da çok çabuk itiraz edenleri, kıskananları ve şüphecileri planımıza dâhil eder ve onların inançlarına ve kanaatlerine de yer açarız.



Bu neden böyledir?

Tüm büyük fikirler, ketumlukta oluşur. Her fikir, başlangıçta bir dürtü, bir düşüncedir ve gerçekleşmediğinde tekrar kaybolur. Önceleri belirsiz bir hayal vardır, sonra yavaş yavaş netleşmeye başlar ve sonuçta, bir süre sonra iç gözümüzle görebildiğimiz kesin bir projeye veya objeye dönüşür. Ancak o zaman, yani konu hakkındaki kendi fikrimiz sabitlendiğinde, daha büyük vizyonlar ve kesin planlar oluşur. Ancak kendi bünyemiz ve kendi tasarımlarımız yeterince güçlendiğinde, başkalarına yeni projeyi tanıtmak, onları inandırmak, onları konuya dâhil etmek üzere dış dünyaya açılabilinir.

Bunu çok erken yaparsak, kendimiz de yeterince dayanıklı olamayız. Birkaç aşağılayıcı veya hor gören söz, bu durumda, bizi projemizden vazgeçmeye kadar götürür.

Ama kendi fikrimizle olgunlaştıysak ve yeni planlarımızı yeterince sabitlediysek, böyle durumlara karşı müdafaaya geçebilecek kadar güçlenmişiz demektir. Karşıdan esen rüzgâra ve muhalefete rağmen...

Bu dünyanın bütün büyük kâşifleri bu gidişatı onaylar. Gizli tutma konusu, sadece fikrin çalınma tehlikesinden dolayı değil, aynı zamanda insanın

kendi kendinden de emin olabilmesi için gereklidir. Zaten kim, kendini gerçekleşemeyecek hayallerle gülünç duruma sokmak ister ki? Bir sonraki seferde kendi fikirlerimize daha az güveniriz ve daha sonraları da kendi yetersizliğimizden o kadar emin oluruz ki, artık kendimize bile yeni fikirler üretmek ve tasarlamak konusunda izin vermeyiz.

İstemek konusuna bir başka bakış açısı daha ekleyebiliriz. Bizi tamamen deli sanacaklarından da korkarız. Kime böyle "uçuk" bir şey anlatılabilir ki? Artık kaçık veya esrarlı birisi olarak aşağılanabilir ve ciddiye alınmayabiliriz.

Ve bizimle, kesinlikle en çok kim alay eder? Kendi hayatlarında daha az şey yolunda giden ve bu yüzden de bizim daha iyi olmamızı istemeyenler. Kendilerinin inanmadıkları şeyler, bizde de olmamalıdır. Yani susmak daha iyidir.

Daha sonra, yeterince tecrübe kazandığımızda ve bazı dileklerimiz gerçekleştiğinde, tabii ki bunları başkalarına anlatabiliriz. Zira artık yeterince inançlıyızdır. Düşüncelerimizin gücünü biliriz. O

zaman, bizim için artık "tesadüf" diye bir şey yoktur. Hatta bizim yaşadığımız örnekler, başkalarına cesaret bile verebilir.

Ancak oraya gelene kadar, isteğimizi -mümkün olabildiğince çok- sessiz bir biçimde tekrarlamalıyız. En iyisi, gece yatmadan önce ve sabah kalkarken tekrarlamaktır. İsteğimiz dudaklarımızda, uykuya daldığımızda, bilinçaltımız bunu taşımayı sürdürür. Belki rüyamızda da bunu görür ve uyandığımızda, isteğimiz üzerinde çalışmaların başladığını hissetmenin ne kadar güzel bir duygu olduğunu fark ederiz. Sonra sabahleyin de bir dakika sessiz bir biçimde, isteğimize, uygun bir katkı ile güç verirsek ve güne böyle başlarsak, olumlu enerji bize bütün gün refakat edecektir.

Bazen istekler hemen yerine gelir. Tüm ketumluğumuzla, kendimizi doğru zamanda, doğru yere götürülmeye bırakırız. Kısa bir süre önce bana olduğu gibi.

Amsterdam Havaalanı'nın kapatılması

"Doğru isteme", her durumda geçerlidir. Ve

tabii ve özellikle hayatımız pek de iyi gitmediğinde. Ancak tam da böyle durumlarda, bazen "istemeyi" unuturuz ve çabucak telaşlanır, didişmeye başlarız. Ama aynı hızla da anlamsız saçmalıklardan kurtulabiliriz.

Mesela, Amsterdam Havaalanı'nda, ben bunları yaşadım. Müthiş bir kar yağışı, birçok insan için aniden gelmiş ve tüm havaalanını felç etmişti. Sabırla saatlerce bekledikten sonra, kar yağışı o kadar çok artmıştı ki, tüm havaalanının gece boyunca kapatılmasına karar verildi. Durum, umutsuzdu. Gece için içecekler, örtüler ve yastıklar dağıtılmaya başlandı.

Sayısız insan, sıkkın, kızgın ve yorgundu ve kavga etmeye başladı. Ama değiştirilemeyecek şeylere karşı takındıkları olumsuz tavır, geceyi iyi geçirmelerini sağlayamazdı. Binlercesi bilet gişelerinde duruyor, binlercesi uçakların gövdelerinde kaybolmuş olan bagajlarına ulaşmaya çalışıyordu. Kimse kesin bir şey bilmiyor ve herkes çaresiz bir biçimde etrafta dolaşıyordu.

Önce, ben de bu durumdaydım. Bu telaşın bana da bulaşmasına izin verdim. Zira ertesi gün, artık ye-

tişemeyeceğim önemli randevularım vardı. Kalın ceketimin altında terlemeye başladım ve kendimi amaçsız aksiyonların içinde kaybettim.
Ama birdenbire, tekrar "doğru isteme" konusunu hatırladım. Değiştirilemeyecek şey, değiştirilemez. "Hayatın her anının tadını çıkar, keyfini muhafaza et ve en iyi çözümü dile." Bu slogan, tam da bu gece için geçerliydi.

İsteğim çok basitti: "Bu gece için harika, güzel ve sakin bir otel odam var ve Münih'e geri dönebilmek için en iyi imkânı bulacağım. Şimdi, bu yardımlar için açık ve hazırım."

İsteğimin yerine gelmesi için teşekkür ettim, yani mühürledim ve durumun önemini unutmaya hazırdım. O andan itibaren, her şeyin benim lehime gelişmesi için her şey yapılacaktı.

Önce sakin biçimde oturdum ve alışılmadık hareketliliği izledim. Bir havaalanının kapatılması, her gün olacak bir şey değildi. Yani orada, daha önce hiç yaşamadığım şeyler görebilirdim. Ve o zaman, harika bir oyun seyrettiğimi fark ettim. Ertesi gün bile havaalanının tekrar çalışmayacağının belli ol-

mamasına rağmen, sayısız insan, bir sonraki günün biletleri için tartışırken, ben oturuyor ve kahvemi içiyordum. Benim için en doğru olan şeyin oluşacağını biliyordum.

Havaalanı oteli ve yakınlardaki diğer tüm oteller, fazla doluluktan kapanmasına rağmen, ben gittikçe sakinleşiyordum. İnsanlar çaresizdi. Çocuklar ağlıyordu ve durum, geçen her dakika daha da umutsuzlaşıyor gibi görünüyordu. Tüm mevcut araçlarını verdikleri için, araba kiralama büroları kapatıyordu. Aklım, devreye girdi ve bana, neden zamanında bir araba ile ilgilenmediğim için kızdı, ama duygularım hâlâ sakindi. Demek ki, kiralık bir araba da en iyi çözüm değildi.

Karnım acıktı, etrafta dolaştım ve elimde bir fincan kahve ile bir bankoya dayandım ve telaşlı insan kalabalığını seyretmeye başladım. Birdenbire, bir levha değiştirildi, sürgülü bir cam kenara çekildi ve bir bayan sesi nereye gitmek istediğimi sordu.

Meğer bir bilet şalterine yaslanmışım. Şaşkın bir vaziyette, "Münih'e" dedim. "Tek aktarmalı, saat 07.03'te." dedi bayan ve ben daha itiraz etmeye zaman bulamadan, camın altından bir tren bileti sürdü. "Yarın sabah, isterseniz buradan veya Amsterdam Merkez İstasyonu'ndan binebilirsiniz." dedi. Fazla düşünmeden bileti satın aldım ve arkamı döndüğümde, uzun bir kuyruk oluştuğunu gördüm. Ben kapalı şaltere dayandığımda tek başımaydım, şimdi ise müthiş kalabalıktı ve en sondakiler, mutlaka bir saat veya daha da fazla beklemek zorunda kalacaklardı.

Sabah yediye kadar ne yapacağımı bilemediğimden, ortalıkta dolaşıp hiçbir niyetim olmaksızın alt kata indim. Orada, Amsterdam Merkez İstasyonu'na giden bir banliyö treni duruyordu. Ona bindim ve o saniyede tren hareket etti. Kondüktör, geceyi nerede geçireceğimi sordu ve ben sormadan, tren istasyonundan on dakika kadar uzakta, aralarda, dar bir sokaktaki bir oteli tavsiye etti, "Diğerleri, kar yağışı nedeniyle mutlaka doludur." dedi.

İstasyonda otuz-kırk kişi kadar, bir taksinin başında duruyor ve birbirlerine söyleniyorlardı, iki istasyon otelinin önünden geçerken, yer bulamayan yolcuların, ağır bavullarla ve etrafı arayan gözlerle dışarı çıktıklarını gördüm. Ben, karlara bata çıka, ama huzur içinde, tarif edilen yoldan yürüyerek oteli buldum ve son odayı tuttum. O gecenin en son odasını. Harika, büyük ve sessiz bir oda. Kendime, yiyecek bir şeyler ve hatta başarılı akşamı kutlayarak bitirmek için bir kadeh de şampanya ısmarladım. Uzun bekleme kuyruklarında diğer kişilerle yer kavgası yapmaksızın, gece için en çabuk ve en iyi çözüm, hiç uğraşmadan oluşmuştu. Şimdi bir de, tren, en doğru ve en hızlı çözüm müydü diye merak ediyordum.

Ertesi sabah erken saatte, yolcuların, otelin giriş salonunda uyuduklarını gördüm ve havaalanının hâlâ kapalı olduğunu ve muhtemelen bütün gün de açılamayacağını öğrendim. Hatta bazı kişiler, dört saat kadar, uçakların içinde beklemiş, sonra tekrar, yorgun bir şekilde ve hayal kırıklığı içinde inmek zorunda kalmış.

Almanya'ya giden trene bindiğimde, diğer yolcular, bütün geceyi tıklım tıklım dolu istasyonda geçirdiklerini ve geceleyin bir araba bulup yola çıkan herkesin, birkaç kilometre gittikten sonra, otoyollar da kapandığı için geri döndüklerini anlattı. O gün, Amsterdam'dan Münih'e gidebilmek için, gerçekten en iyi değil, sadece tek çözüm bu trendi.

"Doğru isteme" metodu olmasaydı, herhâlde çok kötü bir gece geçirmiş ve hâlâ boş yere havaalanında bekliyor olurdum. Ama şimdi, uykumu almış ve mutlu bir biçimde, trenin yemek vagonunda, pencereden geçip giden kar manzaralarını seyrederek kahvaltı ediyordum.

Yani herkes, her zaman, yaşanan olayların korkunç mu yoksa harika mı olacağına kendisi karar verir;

bu olayın, başka yenilgilere mi yoksa güzelliklere mi yol açacağına da.

Olaylar nasılsa öyledir. Bir olayın lehimize mi, aleyhimize mi olacağına, her saniye kendimiz karar veririz. Buna karar veren, her zaman bizim bakış açımızdır. Benim hayata bakış açım, her zaman en iyi şeyleri beklemektir. Ve bunu, en basit biçimde, doğru isteyerek yapıyorum.

6. Kural

"Tesadüflere" açık olmak

İsteklerin yerine gelmesinin şeklini ve biçimini kendimiz düşünemeyiz. Çünkü dileğimiz, çoğu zaman, bizim için olağan dışı sayılan yollardan gerçekleşir. Yani isteğin gerçekleşmesine her zaman hazır olunmalıdır. Zira sadece isteğimizin geleceğini tahmin ettiğimiz yöne doğru bakarsak sevkiyatı kaçırabiliriz, çünkü siparişimizin, sadece bizim küçük hayal dünyamızda yarattığımız biçimde gerçekleşeceğini zannederiz. Ancak evrenin, çok daha zengin fikirleri vardır. Biz de sonra, dileğimizin gerçekleşmesine kadar geçen süre içinde, hayatımızda bu kadar çok "tesadüfün" bir araya gelmesine çok şaşırdığımız için, bir mucizeden bahsederiz.

Evren, sevkiyatı sürpriz yollardan gönderir

Aslında sadece, bizim isteğimiz maddeye dönüşür. Ve bu, çoğu zaman, bizim hesaplayamadığımız bir

biçimde gerçekleşir. Bu durum, sadece bizim hayal gücümüz hakkında bir şeyler söyler, dileğimizin gerçekleşmesi için mevcut olanaklar ile ilgisi yoktur. Mesela para istiyorsak, paranın bize hangi yoldan gelebileceği konusunu tamamen açık bırakmalıyız. Erna Teyzemizin bu parayı vereceğinden eminsek, sabitleşen hayalimizle, gerçek sevkiyatı göremeyeceğimiz bir biçimde kendimizi engelleriz.

Evren, her zaman en çabuk ve en kolay yolu bulur.

Belki Erna Teyze, bize parayı vermek istemiyordur. Bu durumda bizim düşünsel dilek enerjimizi de yakalayamaz. Yani bunu rezone edemez. Bu yüzden gönderdiğimiz enerji, Erna Teyzede oyalanmaz ve aynı titreşime sahip olan ve cevap veren başka bir şeye rastlayana kadar sürekli yayılmaya devam eder. Dilek enerjimiz ikna işleri yapmaz, kozmik bir arama makinesinden başka bir şey değildir.

Bizim dileğimize neyin veya kimin cevap vereceğini bilemeyeceğimiz için, paranın hangi yönden geleceği hakkında da hiçbir fikrimiz olamaz. Ancak hiç fikrimiz yokken, kendimizi bir yöne doğru sabitlememiz de oldukça anlamsızdır. Buna rağmen böyle yaparız. Ben de kendimi, tekrar tekrar, çok net ve önceden planlanmış bir hayal ile yakalıyor ve bu yüzden, dileklerimin gerçekleştiğini çoğu zaman hemen anlayamıyorum.

"Siparişim nerede kaldı?" veya "Yanlış trendeyim!"

Ben, çoğu zaman, uçak yerine trenle yolculuk yaparım. Zamanın daha iyi kullanılabildiğini düşünüyorum. Çoğu zaman yemek vagonunda oturup dizüstü bilgisayarımda bir film seyrederim. Bu defa da bunu planlamıştım. Sabahleyin evden çıkarken, isteğimi tasarladım ve evrene gönderdim. Önce kahve ve pasta istedim, sonra da bir film seyretmek. Gerekli olan her şey yanımdaydı: dizüstü bilgisayarım ve bir DVD.

ICE* (*Ç.n. ICE = Intercity Express: Ekspres Banliyö Treni) sınıfındaki vagonlarda her zaman elek-

trik bağlantısı mevcuttur. Ama birdenbire kendimi IC'de (**Ç.n. IC = Intercity: Banliyö treni) buldum. Burada, ne yemekli vagon ne de elektrik prizleri vardı. Ayrıca tren de tamamen doluydu. Tek boş yer, bir masadaydı ve karşımda sevimli bir biçimde gözlerini bana dikmiş insanlar oturmaktaydı. Siparişim bu defa gönderilmemiş miydi? Tren bu kadar çok doluysa, o zaman burada, büyük bir vagonun ortasında oturmak yerine, bir köşede olmak daha iyi olmaz mıydı?

Evrenin yaptıklarından hiç memnun değildim ve içimden kızıp duruyordum. Karşımda oturan adam, birdenbire, dizini bir şeye vurup ağrıyan yerini ovmaya başladı. "Bir priz!" dedi kızgın bir biçimde karısına. "Burada kim böyle bir şey ister ki?"

"Ben!" diye bağırdım içimden ve şaşkın bir durumda masanın altına baktım. Gerçekten orada bir elektrik prizi vardı. Küçük sinema filmim için elektriğe sahiptim artık. Ve karşımda oturan, kırsal bir bölgeden geldiği belli bu çift, kumanya sepetlerini açtı. İnanılmaz, ama masaya yiyecek ve içeceklerini koyup bana da bir fincan kahve ikram ettiler. Sonra

da pasta. "Pastasız kahve eksik sayılır, değil mi?" dedi adam, bana gülümseyerek ve filmim için de iyi eğlenceler diledi.

Sipariş, evrene ulaşmıştı ve sevkiyatı gerçekleşmişti. Benim hayalim belki biraz farklıydı, ama sevkiyat anında gönderilmişti. Ve tam da bu, doğru dilemenin eğlenceli tarafıdır. Dilekler her zaman yerine gelir, sadece güven duyulmalı ve gözler açık olmalıdır. Zira hangi biçimde gerçekleştikleri, çoğu zaman şaşırtıcıdır.

Ama sevkiyatı kaçırmamayı nasıl başarırız?

Sezgiler

İsteklerimiz nasıl gerçekleşir? Kesinlikle bizim beklediğimizden başka bir biçimde. Maalesef bu, biz bir şey isteriz ve bu, yukarıdan masaya uçarak gelir şeklinde olmaz. Her şey bir enerji sorunu olduğundan, bazen de biz, "biraz" usulca oraya yönlendiririliriz. Arzu edilen şey neredeyse, oraya.

Peki, nasıl yönlendiririliriz?
Bu, bazen tuhaf bir biçimde kulağınıza ulaşan ve

sizin için önemli bir bilgi içeren bir konuşma olabilir. Birden akla gelen ve peşine düşülen bir fikir olabilir. Veya birdenbire, her zaman gittiğiniz yoldan farklı bir yoldan gitmek istersiniz ve orada "tesadüfen" eski bir tanıdığa rastlarsınız ve o da size "tesadüfen" birisinden bahseder ve onunla tanışmanızı ister. Ve "gariptir ki", o kişi de sizin ihtiyacınız olan bir şeye sahiptir. Bir eve veya tıkanmış su borunuz için gerekli olan bir alete veya bilgisayarınızdaki problemi giderebilecek bir tanıdığa. Veya birisi dizini çarpar ve gizlenmiş bir elektrik prizini bulur.

Enerjiler yönlendirir, götürür, iletir. Sadece açık olmak gerekir. Bir dilek gönderildiğinde, kulaklar açık tutulmalı ve uyanık olunmalıdır. O zaman, gerekli tüm bilgiler gelir.

Bunun en güvenilir yolu, sezgilerdir.

Sezgi,
insanın kendisine izin vermesidir.

Kendi sezgilerinizle temasa geçmek isterseniz, iyi hissedilen şeylerin peşinden gidin. İlk anda ne kadar garip, ayıp veya komik geliyor olsa bile. Sezgi, bir şeyi spontane olarak yapmaktan başka bir şey

değildir. İnsanın aklına bir şey yapmak gelirse, bu yapılır. Bunun için veya buna karşı sebep aranmaz. Durum tartılmaz. İçimizden geleni yaparız.

Sezgi, aklın karşıtıdır. Yani bu konuda düşünemeyiz. Sezgi, yoğun düşünmenin mantıklı bir sonucu değildir. Sezgi, duygularla ve hissedilenlerle oluşur. Sezgilerin sesini duymak istersek, kendimizi salmalıyız. Hiçbir hedefe odaklanmadan. Yani eğer arkasını araştırmaz ve değerlendirmezsek; eğer sessiz sakin düşüncelere dikkat edip bunları takip eder-

sek; eğer geçmişe takılmadan veya geleceğe bakmadan, içinde bulunduğumuz "an"da olursak sezgilerimizle temasa geçebiliriz.

Sezginin etkisi sadece şimdiki zamanda oluşur.

Sezginin yardımıyla, hareketlerimiz spontane gelişir ve kendi inancımıza güvenimiz artar. Günlük hayatın zorlamalarını şahsen karşılamak yerine, kendimizi, gerekli çözüme doğru sürüklenmeye bırakırız. Bu, aslında zaten kendimizin yaydığı çok ince enerjiyi tekrar yakalayabilmemizdir. Bize geri dönerken, bizi istediğimiz şeye götürür. Basit anlamda, bizi yönlendiren, sezgi gücümüzdür.

Tabii ki başlarda çok emin değilizdir. Her şeyde olduğu gibi burada da biraz alıştırma yapmaya ve tecrübeye ihtiyacımız vardır. Sezginin nasıl hissedildiği konusu başlarda zor olsa bile, bunu kabul ettikten kısa bir süre sonra yanımızdaki güçlü müttefiki hissetmeye başlarız. Çok kısa zamanda da onunla bütünlüğe ulaşırız. Artık yalnız değilizdir. Hiçbir

zaman. Artık içimizde, bizi istediğimiz cevaba yönlendiren ve götüren yüksek bir merci vardır. Merak etmeyin, doğru istemek her zaman çalışır. Sezgiler olmasa da. Ama olursa daha da hızlı çalışır. Sezgimiz, istediğimiz şeyin nereye gönderildiğinin bildirildiği posta adresimiz gibidir.

Ben, sık sık, kasıtlı olarak sezgilerimin aksine davranışlarda bulundum, ama sevkiyat buna rağmen gerçekleşti. Ancak bazen gecikmeli. Şimdi, sezgilerin nasıl çalıştığına dair kesin ve direkt, iki küçük örnek.

Ekspres sevkiyatlar

Özellikle çok çabuk sevkiyatlar arzuladığımda, dileklerimi sorularla gönderirim. "İstediğim şeyi nerede bulabilirim?" veya "...'ya en çabuk nasıl giderim?" Yani gönderdiğim enerjiyi, bilinçli olarak, sezgime bilgi vermesi için görevlendiririm.

Sonra gevşerim ve en hafif işaretleri bile duymaya çalışırım. Cevap, bazen lokalde yan tarafta oturan bir kişinin bir cümlesi veya bir gazetenin başlığı veya radyoda çalan bir parçanın sözleridir.

Çok seneler önce, kendi sezgilerime daha pek güvenemezken, işaretleri anlamakta güçlük çekiyordum. Çoğu zaman kendi kendimi bir şeylerle ikna etmeye mi çalışıyordum, yoksa aklım bilinçli olarak beni belli bir yöne doğru mu götürüyordu, bilemiyordum.

Mesleki başarılarıma rağmen, kendimi gittikçe daha yalnız ve daha boş hissettiğim zamanları çok iyi hatırlıyorum. O zaman en derin arzum, hayatımın anlamını bulmaktı.

Schwabing'deki bir kafede otururuken, birçok defa tek başıma sesli sesli söylendiğimi hatırlıyorum. "Tüm bu pislik niye? Bu işlerin anlamı nerede?" Çok kızgındım. "Cevapları almaya hazırım, ama çabuk gelmeliler." O anda, masanın üzerinde, buruşturulmuş bir fatura gördüm ama pek dikkate almadım. Ödemeyi yaptıktan sonra, tam kafeden çıkarken garson arkamdan gelip, bir şey unuttuğumu söyleyerek, buruşuk faturayı bana verdi. Fatura, yakınlardaki bir kitapçıdandı. Ama hâlâ dikkatimi çekmiyordu. (Dediğim gibi, işaretleri anlama konusunda henüz tecrübeli değildim.)

Biraz sonra, yoldan geçen biri, bana bir caddeyi sordu, ama ben de nerede olduğunu bilmiyordum. İki adım gittikten sonra, o caddenin, faturanın üzerinde yazan kitapçının bulunduğu cadde olduğunu hatırladım. Şimdi (nihayet) meraklanmıştım ve o dükkâna gittim. Garip bir dükkândı. Vitrinde müzik çanları vardı ve içeri girerken insanın yüzüne, tütsü çubuklarından gelen küçük duman bulutları çarpıyordu. Bu, Münih'teki ilk spiritüel kitap dükkânlarından biriydi. O ana kadar böyle bir şeyin varlığından bile haberdar değildim. Daha sonraları ise bu dükkâna abone oldum.

Tereddütlü bir şekilde kitap raflarının arasında dolaştım. O zamana kadar isimlerini hiç duymadığım yazarların kitaplarını gördüm. Ne hangi kitabı alacağımı ne de bu dükkânda ne aradığımı biliyordum. O sırada, neredeyse gülünç sayılabilecek, rengârenk çiçekli, pamuklu bir pantolon giymiş, saçları kısacık kesilmiş bir kadın, bana dönüp, "Bu kitabı okumalısınız, harika bir kitap." dedi. Bilmiş bir gülümseme ile raftaki bir kitabı işaret etti.

İlgiden ziyade kibarlıktan, kitabı gerçekten de satın aldım. Bu kitap, hayatımı ters yüz etti. Bu, Ken Keyes'in yazdığı, "Yüksek Bilincin El Kitabı"ydı. Bütün sorularımın cevabını içermekteydi. Bu kitap sayesinde, birden, yaptıklarımın manasını anladım. Ama bu da gerçekten doğru istemek gibi bir şey ve o öğleden sonra beni bu kitaba götüren yüksek bir merci değil miydi?

Aklın nasıl çalıştığını biliyoruz. Sürekli şüphe duyar ve bunların, birbiri ardına gelen tesadüfler olduğunu iddia eder. Kısa bir süre sonra tekrar denemek istedim. En az ilki kadar, hayatıma tesir edecek bir kitap daha aramaktaydım.

Bu sefer, isteğimi daha direkt ve daha açık bir biçimde dile getirdim. Kitabın, hemen aynı gün elime geçmesini ve adının bana önceden bildirilmesini istedim.

Hatta bu defa kaderin işini kolaylaştırmayacaktım. Evden çıkmayacaktım. Yollara düşmek gibi bir isteğim de yoktu. Bir saat sonra ajansımdaki bayan aradı. "Olay Yeri" dizisinin yeni bölümüne ait senaryoyu okuyup okumadığımı sordu. Tabii ki hayır,

zira henüz elime geçmemişti. Dehşete düştü. Çoktan okumuş olmam gerekirmiş. Bu, hayatımın rolü olacakmış. Hemen yola koyulup ondan almalıymışım.

Eve dönerken, birdenbire, dileğim tekrar aklıma geldi. Tüm bu koşturmaca arasında bunu tamamen unutmuştum. Ama evren de beni unutmuş gibi görünüyordu. Hani, benim kitabım neredeydi?

Öğleden sonra, Leopold Caddesi'nde yürüyüşe çıktım. Tabii, uyanık ve dikkatliydim: Belki yine birisi bana bir şey söylerdi ya da içinde kitabın adı geçen bir cümle yakalardım.

Buna benzer hiçbir şey olmadı. Bir banka oturup senaryomu okudum. O sırada küçük bir oğlan gördüm. Ağlayarak bir dükkânın önünde duruyor ve kapıyı açamıyordu. Ona yardım ettim. Bu, bir kitapçıydı; hayır, spiritüel bir kitapçı değil, ama kasanın üç adım kadar uzağında küçük bir şok yaşadım. Orada duran bir kitap, gözümün içine bakıyordu ve adı "Hayatta Ustalaşmanın Senaryosu" idi. Bana bütün bir yıl refakat edecek bir kitaptı. Sanki Ron Smothermon, bu kitabı sadece benim

için yazmıştı. Ajansımdaki bayan, senaryoyu okumamı söylememiş miydi; hayatımın rolü olacak demişti!

Sevkiyat her zaman yapılır. Kulaklarımızı yeterince açmazsak, kaçamayacağımız bir yere gelene kadar, "paket", arkamızdan taşınır. Ancak sevkiyatı mümkün olduğunca çabuk almak istiyorsak, dikkatli olmamız gerekir.

7. Kural

Gerçek, büyük istekleri tespit etmek

Kişinin şahsiyeti ne kadar çeşitlilik içeriyorsa, istekleri de öyledir.

Biri dans öğrenmeyi ister, ya hiç vakti olmamıştır ya da bu konuda çok beceriksizdir; bir diğeri, gerçek dostlar arar, zira hayatında bu tür insanların yokluğunu gittikçe daha çok hisseder; bir üçüncü de uygun bir eş istemektedir.

Burada hiçbir istek, bir diğerine göre, daha büyük veya daha küçük, daha önemli veya daha kötü değildir. İsteklerin mantıklı olması, yani aklımıza yatabilir olması da gerekmez. Her dilek, bize, hayatımızın hangi alanlarında eksiklik hissettiğimizi gösterir.

Bu arada, isteklerimizin yerine geldiğini öğrendik. Burada önemli olan soru, bu isteğimizin gerçekleşmesi ile bu eksikliğimizin giderilip giderilemeyeceğidir. Yoksa bu eksiklik, kendini başka bir yerden yeniden hissettirecek midir? Esas soru: Bu eksiklik,

hayatımızdaki neye dikkatimizi çekmek ister? Bizim aslında istediğimiz, değişikliktir. Hayatımızdaki herhangi bir şey hoşumuza gitmemektedir ve bunu hangi "normal" yollarla değiştirebileceğimizi bilemeyiz. Ama çoğu zaman, isteğimiz yerine geldiğinde, gerçeğin nasıl olacağını da bilemeyiz. Hayatımız, o zaman, gerçekten daha iyi olacak mıdır?

Hangi dilekler bana uyar?

Önemli soru budur. Kendi tabiatımıza uymayan herhangi bir şeyi dilemenin bir anlamı yoktur. Buna rağmen çoğumuz bunu yaparız. Çoğu zaman, bir şeyi, sadece başkaları da bunu istedikleri veya onlar sahip oldukları için isteriz. Çoğu zaman, hiç de gerçekten bizim olmayan bir idealin peşinden koşarız.

Ama sadece başkaları bir şeyi "harika" buldukları için, bunun bizim için de doğru olması gerekmez. Peki, çok istenilen şey geldiğinde ne yapacağız? Yani bize hiç uygun olmayan dilekler ya gerçekleşirse? Kendimiz için bir şey dilemeden önce, buna gerçekten hayatımızda ihtiyacımız olup olmadığı

konusunda emin olmalıyız. Bunu elde ettiğimizde kendimizi daha iyi, daha saygıdeğer, daha sevilmeye layık veya daha mutlu hissedecek miyiz?

Zira bazı dilekler, gerçekleştiğinde, bize oldukça çok baskı yapabilir. Hayalimizdeki iş, bizi fazla zorlayabilir; çocuk isteğinin, sonradan, fazla erken olduğu anlaşılır veya çok istenilen ev değişikliği, arkadaşlardan uzaklaştırabilir.

Gerçekleşen istekler, bizi hep değiştirir.

Fakat gerçekten de değişikliklere ve bunların sonuçlarına hazır mıyız? Bizim harika olacağını zannettiğimiz ve çoktandır arzuladığımız aşk, belki bize yetersizlik korkumuzu veya uzun süre özleneni tekrar kaybetme korkusunu yaşatacak. Belki de istediğimiz büyük arabayı kullanmaya cesaret bile edemeyiz veya etkileyici büyüklüğü nedeniyle hiç park yeri bulamayız. Veya arzuladığımız üne kavuşunca, bununla veya buna bağlı gelen ilgiyle başa çıkamayız.

Yerine gelen istekler, bize her zaman gerçekten mutluluk getirmez. Bu nedenle büyük isteklerde bulunmadan önce, bu isteğimizden gerçekten ne beklediğimizi bilmeliyiz. Yerine gelen her dilek, hayat şartlarımızı da değiştirir. Bu yüzden, bu değişikliğe hazır olup olmadığımızı da dikkatlice incelemeliyiz. Belki özlemimiz belli bir yöne giderken, biz, yeni rolü üstlenmeye hiç de uygun değilizdir.

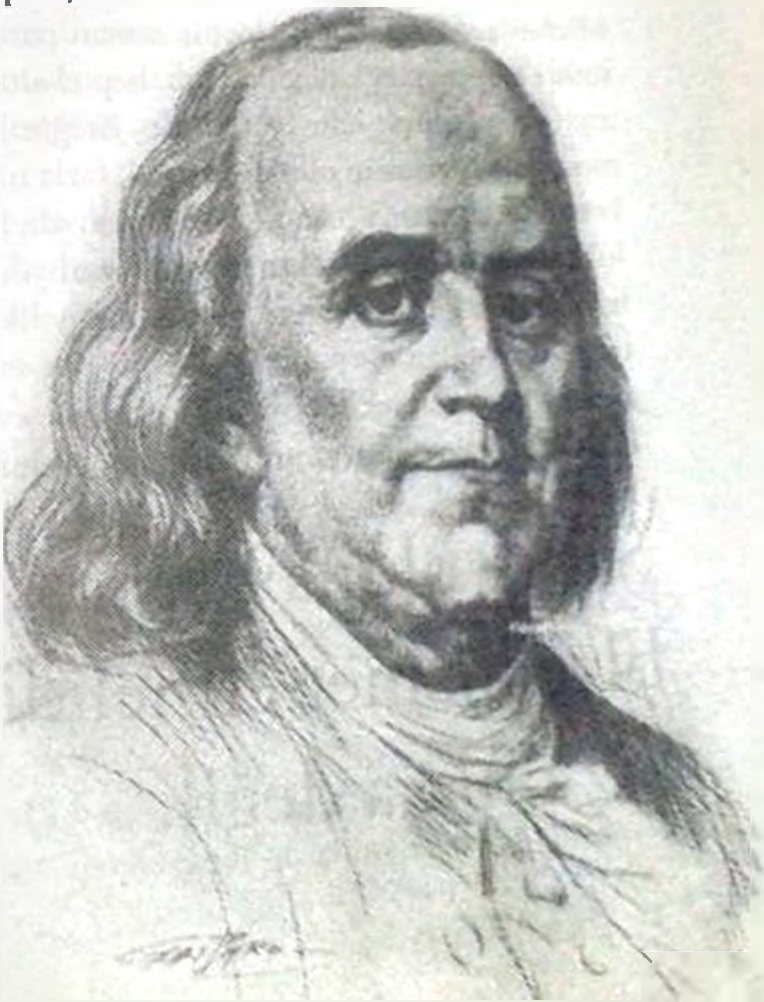
Para isteği

Çok paraya kavuşmak, belki artık bir ev almak ve bu yüzden alışıldık çevreden ayrılmak demek olacaktır. Belki artık ihtiyaç kalmadığından ve bir anlam taşımadığından, işimizi de bırakabiliriz. Artık bütün gün istediğimizi yapar ve istemediğimizi yapmayız, ama bakalım canımız bunu isteyecek mi? Belki eski evimizi, eski komşularımızı, meslektaşlarımızı özleriz.

Çok para istemenin itiraz edilecek bir yanı yoktur; ancak her dileğin sonuçları olduğunun da bilinmesi gerekir. Bu yüzden, belki, elde edilmeye çalışılan hayat şartları konusunu düşünmek daha önemlidir.

Zira çok para sahibi olmak, mutlu olmanın garantisi değildir. Birçok Loto milyarderi, birkaç sene sonra, tekrar bir dilenci kadar fakir ve eskisinden çok daha mutsuz olmuşlardır.

Michaela ve ben, bu yüzden, evren ile küçük bir pazarlık yapmıştık.



Evren ile yaptığımız pazarlık

Bir sene içinde iki araba kazandıktan sonra, kendi kendimizin doğru istemelerimizden çok derinden etkilenmiştik. Ama böyle tek tek sipariş vermeler neden? Sürekli abonelik mümkün olamaz mı?

Michaela ve ben, sonra, hiçbir zaman para konusunda sıkılmamayı diledik. Para, hep el altında olmalıydı. İşimiz için yeterince isteğimizin ve motivasyonumuzun olması için çok fazla miktarda istemiyorduk, ama çok az da olmamalıydı. Her hâlükârda hayatımızda o kadar para olmalıydı ki, özlemini çektiğimiz şeyleri yapabilmeliydik. Bu, evren ile yapılan bir pazarlık gibiydi. Biz, zamanın akışına göre gelecek şeyleri yapacaktık ve evren de bunun için gerekli paranın girişini sağlayacaktı.

Sahip olunan şeyler, bize hizmet etmelidir; biz onlara değil.

O günden beri, para, bizde hiç söz konusu olmamıştır. Para, bir şekilde hayatımıza gelir. Bazen hiç beklenmedik bir biçimde.

İstemeye başladıktan kısa bir süre sonra, insan şunu anlar: Çok çalışarak zengin olunmaz. Zenginliği dileyerek ve bunu hayatınıza davet ederek zengin olursunuz. Bunun, sizin de hakkınız olduğundan emin olursanız, istenilen sevkiyat için de gerçekten açık ve hazırsınız demektir.

Ancak para, varlıklı olmanın sadece bir tarafıdır. Gerçek servet, çok daha önemli şeyler içerir. Gerçekten mutlu olmak için istekte bulunurken, aşağıdaki noktalar da düşünülmelidir:

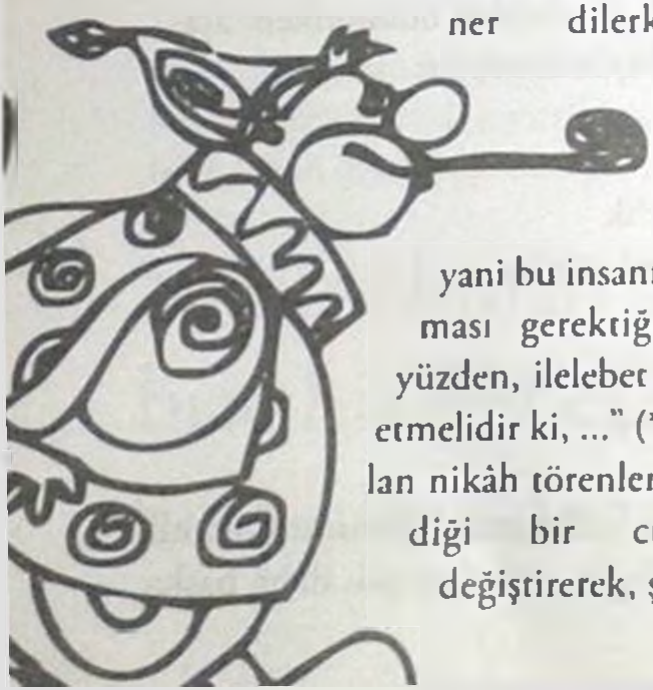
- Sağlık
- Harika bir beraberlik
- Doyum sağlayan bir meslek
- Gerçek dostlar
- Kendimiz ve başkaları için zaman
- İç huzuru ve rahatlık

Bu listeyi, istediğiniz kadar uzatabilirsiniz. Önemli olan, gerçek zenginliğin, paradan çok daha başka

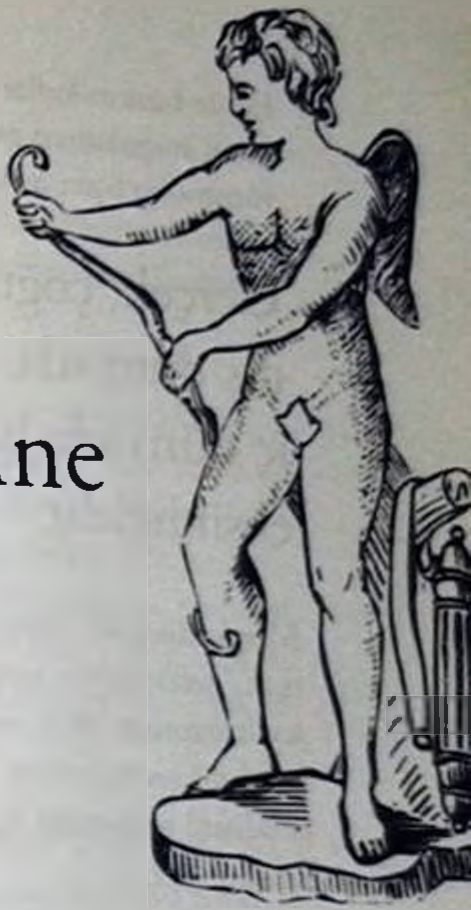
şeyler içerdiğini bilmektir. Ancak para, "nankör dünyalık", hayattan daha fazla keyif almak ve bağımsız olabilmek için sahip olunması arzu edilen bir ilavedir.

Hayal edilen beraberlik

Bu, herhâlde biz insanların en büyük arzusudur: İyi ve kötü günde bizimle birlikte olacak, bizi anlayacak; yanında iken sevildiğimizi, kabul gördüğümüzü hissedebileceğimiz birisini bulmak. Bir partner bulmak arzusu, hayatımıza en derin etkiyi yapan arzudur. Tam da bir partner dilerken, kendimize, "Gerçekten ne istiyorum?" diye sormamız çok önemlidir; yani bu insanın hangi vasıfları olması gerektiğini. Meşhur, "Bu yüzden, ilelebet bağlananlar dikkat etmelidir ki, ..." (*Ç.n. Kilisede yapılan nikâh törenlerinde rahibin söylediği bir cümle.) deyimini değiştirerek, şöyle söyleyebiliriz:



Bu yüzden,



gerçekten
ne istediğine
dikkat et,

çünkü
gerçekleşebilir.

En az bunun kadar da insanın kendi motivasyonunu sorgulaması gerekir: "Neden bir partner istiyorum, bu bana ne verecek?"

Gerçek, çoğu zaman, dış dünyada istenilen şeyin, iç dünyada hissedilen eksikliğidir.

Mesela dileğim, "Beni şartsız sevecek birini istiyorum." şeklindeyse, bunun gerçekteki karşılığı, "Ben sevilmiyorum. Ben sevilmeye değer değilim. Ben kendimi sevmiyorum."dur. Yani çoğu kişi, sadece kendisini sevmediği için, kendisini şartsız sevecek birisini ister.

Yani bu dileğin temeli, aslında: "Ben, olduğum gibi sevilmeye değerim. Tüm eksikliklerimi ve hatalarımı kabul ediyor ve kendimi, şimdi olduğum gibi kabul ediyorum. Ben kendime özgüyüm, güzelim ve her gün kendi sevgime biraz daha yaklaşıyorum. Kendime duyduğum sevgim nedeniyle, beni, aynı kendimi gördüğüm gözlerle görecek bir insanı çe-

kiyorum. Ben, kendi sevgimi ve başka bir insanın sevgisini kendime çekmek konusunda açık ve hazırım. Engellerime ve blokajlarıma, bundan sonra izin vermiyorum ve sevgi, benim içimde rahatlıkla akabilir. Sevginin hayatımda meydana çıkmasına açık ve hazırım."

Eğer kendimi kabul etmeden, beni sevecek birini isteyecek olsaydım, bana sunulan sevgiyi kabullenemeyecek bir durumda olurdum. Ancak içten hazır olursam, ihtiyacım olan şeylere izin verebilirim. O zaman, artık aramam gerekmez, bulunurum. Zira hazır olursak, bizim ihtiyacımız olan şey bizi bulur. Buna rağmen, bazı dilekler hiçbir şekilde gerçekleşmez.

Dilekler, mesela başka kişileri, kendi isteklerine karşı şeyler yapmaya zorlayamaz. Yani bir başka kişinin bize âşık olmasını sağlayamayız. Veya bizim için belli bir şey yapmasını.

Özgür irade,
her şeyin üstündedir,
her isteğin de.

Bunun böyle olması iyidir, yoksa herkes bizden bir şeyler ister ve biz birdenbire hiç hoşumuza gitmeyen şeyler yapmak zorunda kalırdık. Ama beni sevecek birini nasıl bulurum?

Her hâlükârda doğru isteyerek, benim seçtiğim, benim aklımın kabullendiği belli bir kişinin bana bağlanmasını sağlayamam. Ancak ben, dileklerimle, aynı benim titreşimlerime sahip ve tabii ki benim aşkıma karşılık verecek bir insanı hayatıma davet ediyorsam, kesinlikle benimle eş değerde olan ve bana uyan bir partner gelecektir.

Doğru partneri ısmarlamak

Mutlu beraberlikler konulu konuşmalarımda, hep aynı soruyla karşılaşıyorum: "Doğru partner ile tanışmayı ve hayatıma dâhil etmeyi nasıl başarırım?"

Bu, aslında çok basittir. Bunun, aslında bu kadar basit olması, çoğumuza inanılmaz zor gelir. Zira düşündüğümüzden çok daha az şey yapmak zorundayızdır. Sadece telaşla ve panik içinde aramaktan vazgeçmeliyiz. Zira tam da bu panikle ve telaşla ara-

mamız, bu işe pek de inanmadığımızı gösterir. İçimizin çok derinlerinde, artık kimseyi bulamayacağımızdan eminizdir. En azından, "doğru insanı" bulamayacağımızdan. Aramak, bulmanın tersidir. Bulmak için, sadece gözlerimizi ve kalbimizi açmalı ve kabule hazır olmalıyız.

Doğru istemek,
tüm mucizelerin hayatımıza
girmesine izin vermeye
hazır olmak
demektir.

Aramak, izin vermeyi engeller. Aradığımız sürece, tam belirli bir objeye veya hedefe bağlıyızdır demektir.

Bizim sınırlı bilincimizde tasarladığımız ve sürekli aradığımız bir hayale. Bizim hayalimizdeki kişi, hiç hatası olmayan birisi olacaktır. Tabii, çünkü bu sadece hayali bir dilektir, kusursuz ve hiçbir karanlık yönü olmayan. Ama böyle bir şey olamaz. Böyle bir şey, sadece, istediğimiz zaman düşünüp hayalimize göre değiştirebileceğimiz fantezilerimizde olur. Ama biz, bize uygun bir insan aramaktayız. Yani onun da bizimkilere benzer karanlık noktaları olacaktır. Tam olarak incelendiğinde, aslında kendimizi ararız, zira seveceğimiz partnerimizde kendimizin yansımasını görmek isteriz. Bu kişi, bize benzemelidir. Bu kişi, bizimle birlikte gelişmeli ve dünyayı benzer bakışlarla seyretmelidir. Önemli konularda bizim gibi düşünmelidir. Sadakat, aile, aşk, Tanrı ve hayatla baş etme yolları gibi konularda.

Yani fantezilerimiz, bize burada fazla yardımcı olamaz. Sürekli aramak da. Arayarak, gerçek sevgiyi yaşamak yerine engelleriz.

Böyle önemli bir isteğimizi evrene göndermeden önce, gerçekten ne istediğimizi net bir şekilde bilmeliyiz. Bir kere daha açıklığa kavuşturmalıyız ki, sipariş vermek zor değil, ancak hayatımız için çok önemlidir. Yani bizim için çok anlamlıdır. Yani bu-

rada sipariş formunu doldururken, yapılan yanlışların da çok geniş sonuçları olur.

Ve buna, yani böyle bir anlamı olmasına rağmen, "doğru" partner dileğimizin, gerçekten tam olarak nasıl olması gerektiği hakkında düşüncelerimiz de yoktur. İyi bildiğimizi zannetmemize rağmen, hangi partnerin bize iyi geleceği hakkında hiçbir fikrimiz yoktur. Bu konuda pek kafa yormak da istemeyiz, sadece bu insanı isteriz. Ancak bunun arkasında bambaşka bir istek yatar. Artık yalnız olmak istemiyoruzdur.

Yani siparişimizi vermeden önce, hangi partnerin hayatımızda, bizim yanımızda olmasını istediğimize karar vermeliyiz. Bu konuda, "Aşk İçin Mutluluk Kuralları" adlı kitabımdaki liste yardımcı olabilir. Bunun kısa bir özetini aşağıda veriyorum. Bu liste ile bir beraberlikten ne beklediğimizi, bizim bu beraberliğe ne katacağımızı ve hangi partnerin bizim için en uygunu olacağını çabucak anlarız.

Benim konferanslarımda ve şahsi görüşmelerimde, sık sık bu listeyi kullanırız. Liste, çok çabuk ve efektiftir ve şaşırtıcı bir netlik sağlar.

Yani "doğru" partneri istiyorsak, önce evrenin ne arayacağı hakkında biz kendimiz emin olmalıyız. Bu çalışmalar sırasında da bu liste oluşmuştu. Ben de birçok karmaşa ve hata ve sayısız yanlış denemelerden sonra, bundan sonraki hayatımda doğru partneri bulmak için bir liste hazırlamıştım.

O zamanlar, hangi partnerin bana uygun olacağını bulmak için, bir süre içime kapanmıştım. Bu konuyu netliğe kavuşturmak için çeşitli yardımcı malzemeler ve olanaklar araştırdım ve daima şu sorunun peşine düştüm: "Bana kimin en uygun olduğunu nasıl anlayabilirim?" Böylece, bir liste hazırlamak fikri doğdu. Kısaca şunu yaptım:

Büyük bir kâğıda iki sütun çizdim. Birinci sütuna, gelecekteki bir birliktelikten neler beklediğimi yazdım. Bu bölüm, çok çabuk dolmuştu ve oldukça geniş kapsamlıydı. Tüm dileklerim ve özlemlerim, orada yerini buldu.

İkinci sütuna, benim neler vermeye hazır olduğumu yazdım. O da ne? Bu sütun, oldukça kısa kaldı.

Ama ben, bir ilişkiye ne veremezsem, bunu, bu ilişkide ben de bulamam. Öyleyse ben, belli ki, bütün eksikliklerimi birlikte geliştireceğim bir partner aramaktaydım.

Bu çalışma hakkında daha fazla şey öğrenmek isteyen, lütfen, "Aşk İçin Mutluluk Kuralları" kitabımı okusun. O kitapta, bu konuyu çok ayrıntılı tarif ettim. Sonra, nasıl bir partner istediğim gittikçe daha çok netleştiğinde, bunların hepsini başka bir kâğıda yazdım ve özel bir yere kaldırdım.
Bu dileğimin nasıl mucizevi bir biçimde gerçekleştiğine bugün hâlâ şaşırmaktayım.

Doğru partneri hayatıma nasıl çektim?

Partner isteğimi birkaç hafta çok iyi düşündüm ve listemin yardımıyla hazırladım. Ancak hangi partnerin bana en uygunu olacağından kesinlikle emin olduğumda, dilek listemi evrene teslim ettim. Sonra emindim: Dileğim gerçekleşecek. Ancak evrenin, benim isteğimi yerine getirmesini pek kolaylaştır-

madım, zira o zamanlar kendimi tamamen geri çekmiştim ve birkaç ay boyunca evden neredeyse hiç çıkmadım. Sadece, akşamları iki saat Kurfürstendamm'daki (*Ç.n. Berlin'in bir semti) tiyatroda sahnede oluyordum ve tek bir defa, sürekli evde yalnız oturmanın bana iyi gelmediğini söyleyen meslektaşlarımın beni hafifçe zorlamasıyla, onlarla birlikte çok kalabalık bir yemeğe katılmıştım. Bunun dışında yalnızlığımla beraberdim. Evren, bu durumda benim dileğimi nasıl yerine getirecekti?

Birkaç hafta sonra telefon çaldı. Telefonun diğer ucunda, birkaç hafta önce bahsettiğim o yemekte konuştuğum bir kadın vardı. Ancak kendisini çok iyi hatırlayamıyordum. Sadece, sarışın ve zayıf olduğunu ve kalın camlı bir gözlük taktığını biliyordum. Ama hemen o kadar iyi anlaştık ki, dört saat kadar telefonda konuştuk ve ertesi gün yedi saat daha. Ve birbirimizi göremediğimiz için -o, Bremen'de tiyatro oynuyordu ve ben, Berlin'de sahnedeydim- bir sonraki gün yeniden, yedi saat telefon başındaydık. O kadar çok konuda o kadar iyi anlaştık ki, ertesi gece sekiz saat daha telefonda konuştuktan sonra, birlikte tatile gitmeye karar verdik. Ortak duygularımız o kadar yoğundu ki, ertesi gün telefonda konuşurken, birlikte oturmaya karar verdik. Ve gerçek özveriye sahip olan Michaela, hemen işinden istifa etti ve ev sahibine evinden çıkacağını bildirdi. Bir gün sonra, daha birbirimizi doğru dürüst görmeden, evlenmeye karar verdik.

Ama birbirimizi gerçekte de görmemiş miydik? Belki bedenen değil, ancak ruhsal olarak birbirimizin her milimetresini tanıyorduk. Birbirimize her şeyimizi anlatmıştık. Hiçbir sırrımız yoktu. Hatta

daha önce başka kimseyle paylaşmadıklarımızı bile birbirimize söylemiştik. Kendimizi göstermiştik. İçimizdeki dükkânı açmış ve hiçbir şey gizlemeksizin ruhlarımızı açığa çıkarmıştık. İkimiz de birbirimize ait olduğumuzu biliyorduk.

Bütün arkadaşlarım, beni tam bir deli gibi görüyorlardı. Benim tamamen bunadığımı düşünüyorlardı. Fikrimi değiştirmeye çalışıyorlardı. "Kokusu nasıl, tadı nasıl bilmiyorsun. Bakalım, bedensel olarak uyuşacak mısınız?" diyorlardı. Ama gerçek büyük aşkımı yaşamaya bir şans tanımazsam, hayatım boyunca bu olanağın arkasından yas tutacağımı biliyordum. Başka bir yerde işler yolunda gitmediğinde, hep bu emsalsiz şansı düşünecektim: Kendi başarısızlığımı ve kararsızlığımı.

Diğer taraftan, nasıl bir riske giriyordum ki? Michaela ile bedenen anlaşamazsak, birbirimizin en iyi arkadaşı olma şansımız vardı. Zira ruhsal olarak çoktan müttefik olmuştuk. Dünyayı benim gözlerimle görüyordu, aynı özlemleri ve umutları vardı ve aynı benim gibi, kendisini geliştirmek, şahsiyetindeki eksiklikleri birlikte gidermek istiyordu.
Altı hafta ve yapılan bir sürü telefon görüşmesin-

den sonra, nakliye arabası ile evinin önüne gittiğimde ve onu ilk defa doğru dürüst gördüğümde, çok çok mutluydum. İlk düşündüğüm şey, "Şansım varmış." oldu. Michaela, hayal edebileceğim en güzel kadındı.

Ancak en şaşırtıcı şey, aylar sonra tekrar listemi çıkartıp siparişimi gözden geçirdiğimde, Michaela'nın, her ayrıntıda, tıpatıp bu listeye uyduğunu görmemdi.

Tabii ki listemizde olmayan birkaç ilave, birkaç vasıf da de birlikte gelir. Sonuçta her şeyi düşünemeyiz. Ama benim listemde olan her şey gerçekleşmişti. Tesadüf? Hâlâ buna inanan varsa, varsın hayatını tesadüflere bıraksın ve uğraşmaya devam etsin. Ancak doğru istemek ile her şey ve hayatı kendimizin yönlendirmesi, çok daha kolaydır. Benim örneğimde iyice görüldüğü gibi, sevkiyatın belli bir biçimde ve usulde yapılması beklenmemelidir.

Sadece hazır olunmalıdır. Yeni partnerimiz yolumuzu kesebilir, bir kaza yapabilir veya bizi dava edebilir. İlk buluşmanın olumlu olması gerektiğini

kim söylüyor? Her hâlükârda bizim dikkatimizi kendi üzerine çekecektir.

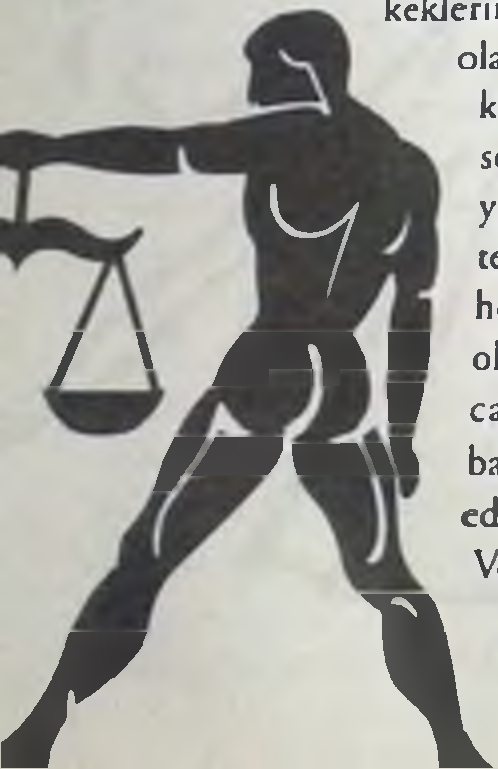
Birçok evlilik, birbirlerine tahammül edememekle, ama garip bir biçimde kayıtsız da kalamamakla başlamıştır. Tabii ki tamamen romantik de başlayabilir ve her iki taraf da ilk andan itibaren, diğerinin, ömür boyu partneri olacağını bilebilir. Önemli olan, olayların nasıl gelişeceği hakkında sabit bir fikre ve tasarıya sahip olmamaktır. Aksi takdirde evren, siparişimizin sevkiyatını yapar, ama ruhen orada olmadığımızdan dolayı teslim alamayız.

Bana çokça sorulan bir şey de, acaba Michaela'nın da aynı zamanda evrenden doğru partneri dileyip dilemediğiydi. Hayır, dilememişti. Ama her şeyi kabullenmeye açık ve hazırdı. Tabii, "hayır" da diyebilirdi, ama o zaman dileğimin karşılığı tuhaf bir şekilde gönderilmiş olurdu. "Sana çok iyi uyacak, en harika kadın burada, ama o seni istemiyor."
Hayır, evren böyle göndermez. Michaela, hazır ve açıktı ve uygun partneri arayan bendim. Tabii, benim de bu sevgi ilişkisine hazır ve açık olmam gerekirdi.

İnsan, aklına gelen her şeyi yazabilir. Dış görünüş,

figür ve karakter vasıflarını da. Ancak bu partner ile mutlu olunup olunamayacağının garantisi yoktur, zira belki de bu dileklerle insan kendisini zorlayabilir.

Mesela, partnerimizin atletik yapılı, sportmen ve yakışıklı olmasını isteyebiliriz. O zaman, bu partner adayının, spor aktivitelerini seveceğini ve bizimle birlikte bunları yapmak isteyeceğini de düşünmeliyiz. Bunu gerçekten de istiyor muyuz? Veya yatakta bir roket gibi ve devamlı istekli olan birini mi istiyoruz? Bütün erkeklerin rüyası. Ama bu gerçek olacak olsa, kısa bir sürede bir kâbusa dönebilir. Bir ay sonra o kadar sık arzu duyulmazsa veya karşı tarafın temposuna uyulamazsa veya herhangi başka ilgi alanları oluşursa, o zaman ne olacak? Veya artık yatakta başarılı olunmadığında terk edilmekten korkuluyorsa? Veya "yeterli değilim" korkusu oluşursa?



Çok güzel bir partner arzu eden, ama kendisini pek de güzel bulmayan kişilerde, çoğu zaman aşağılık kompleksi oluşur. Yani sadece, o andaki eksikliklerden dolayı dilekler oluşturmak, oldukça tehlikeli olabilir. Arzular gerçekleşir, ancak bizim için iyi olur mu, bunun garantisi yoktur. Bu yüzden, özellikle partner dileklerinde, hangi partneri istediğimiz konusunu çok iyi düşünmek gerekir.

Hayat daha mutlu olacak mı?
Doğru isteyerek daha mutlu olunabilinir mi?
Mutlaka, ama düşünülenden farklı bir şekilde.
Mutluluk, içten alınan bir tavırdır ve gerçekte yaşanılan dış olaylar ile fazla ilgisi yoktur. Parasız ve partnersiz mutlu değilsek, bunlar olduğunda da mutlu olamayız.

Herkes, mutlaka parası, partneri veya şöhreti olan, ama buna rağmen sürekli keyifsiz veya mutsuz olan insanlar tanır. Mutluluğu tatmak istiyorsak, bunu dış etkilerden alamayız.

Zira mutluluk, hep içten dışa doğru oluşur. Mutluluk verirsek, mutluluk alabiliriz. Burada, bir villada mı, yoksa otuz metrekarelik bir evde mi

oturduğumuzun bir rolü yoktur. Her ikisinde de mutlu veya mutsuz olabiliriz.

Mutluluk, iç huzurundan oluşur. Mutluluk, hep onu başkaları ile paylaşmayı istediğimizde oluşur. Mutluluk, partnerli veya partnersiz, paralı veya parasız, bir evimiz veya şöhretimiz varken ya da yokken yaşayacağımız bir durumdur. Çoğu insan, eğer belli bir şeye sahip olursa, o zaman mutlu olacağını zanneder. Ve tam da bu "eğer" sözcüğü, bizim mutlu olmamıza izin vermez. Hiçbir zaman. Neden tam da şu anda bulunduğumuz durumda olduğumuz konusuyla yüzleşmek istemez, sadece bu durumdan dışarıya çıkmaya uğraşırız? Ancak kasıtsız isteklerimiz ve bilinçsiz inanç kalıplarımız, şu anki kabul etmek istemediğimiz durumu yarattığımızdan, daha sonra değişecek dış etkilerde de yine böyle hissedecek ve davranacağız.

Kendimizi hep yanımızda götürürüz.

Tabii ki her zaman bulunduğumuz yerde değil de başka bir yerde bulunan ve mutluluk zannettiğimiz şeye gittiğimizde, kendimizi de yanımızda götürürüz. Bu nedenle, umut edilen bu mutlulukta

da mutsuz olacağızdır. Gerçek mutluluğu yaşayabilmek için hayatımızda hep bir şeyler eksik olacaktır.

Çok seneler önce, görünürde her şeyim vardı. Para, şöhret, mesleki başarı, kadınlar ve sağlık. Buna rağmen mutlu değildim. Kendimi, boş ve sürükleniyor hissediyordum. Hâlâ başkalarının benden iyi durumda olduğundan emindim. Mutluluğa yaklaşabilmek için çok daha fazla şeyin olması gerektiğinden emindim. Yani çok daha başarılı olmalı, çok daha fazla mal sahibi olmalıydım, çok daha fazla kadını yatağa atmalıydım, ancak o zaman derin bir mutluluk hissi gelecekti. Ve de bu inanç, mutlu olmama izin vermiyordu. Tam da eksikliklerimi vurgulayan bu inanç, eksikliklerimi esas şimdi hissettiriyordu. Bilinçsiz bir biçimde, mutluluğumu geleceğe erteliyordum. Eksikliklere inanmak, tüm diğer istekleri kapatıyordu. Görünürde beni mutlu olmaktan alıkoyan bu eksikliklere o kadar çok inanıyordum ki, ilk isteklerim gönderildiğinde bile, benim için doğru olmadıklarını veya çok geç geldiklerini düşünmüştüm. Bu sebeple, siparişlerimden sevk edilenleri hiç ama hiç, sevinçle veya şükranla kabul edemiyordum, zira aynı zamanda

başkalarının daha iyi dileklerinin yerine geldiğini düşünüyordum.

Mutluluğu arıyordum, ancak bunu dışarıda ne kadar çok ararsam, bir o kadar gözden kaybediyordum. Benim bilinçsiz dileğim, o zamanlar, "Mutlu değilim. Mutluluğum gelecekte. Mutlu olmak için daha çok şeye ihtiyacım var." idi. Bununla verdiğim sipariş, "şimdiki zamanda hiç mutlu olmamak" şeklindeydi. Benim genel tutumum da mutsuz olmaktı. Bu arada, birkaç veya bir sürü isteğimin gerçekleşmesi de bu durumu değiştiremiyordu.

Ancak başkaları tarafından mutlu edileceğim fikrimden vazgeçtiğimde ve sürüklediğim bu hayali serbest bıraktığımda, derin bir memnuniyet hissi yaşamaya ve sevgiyi bulmaya başladım.

Sonuçta benim aramalarımın arkasında, hep, tek bir şey vardı: Sevgi ve güven arıyordum ve kendimde bunları barındırmadığım için de dış etkilerden alabileceğimi umut ediyordum. Ancak sevgi ve güven duygusunu kendi içimizde hissetmiyorsak, bunları, bu dünyada yaşayan hiç kimse bize veremez.

Bunun anlamı, üzgünüm, ama bütün dileklerimiz gerçekleşse bile bizim mutluluk hakkındaki tavrımızın değişmeyeceğidir. Şimdi mutlu değilsek, dış etkenlerle de olamayız. Bazen bunun böyle olduğunu zannetsek de. Böyle durumlarda elde ettiğimiz mutluluk, bizim içimizde yaşadıklarımızla uyuşmadığından, çok kısa sürer.

Doğru istemek, beni daha mutlu yaptı mı?

Kesinlikle evet! Hayatımdaki bütün isteklerimin yerine gelmesinden daha çok, hayatımı daha bilinçli yaşadığım ve kendimi, kendi rehberliğime bıraktığım için.

İstediğim zaman dileklerimin gerçekleşeceğini tekrar tekrar deneyebildiğim gerçeği bile, burada, dünyada tek başıma didişmek mecburiyetinde olmadığımı bilmemi sağladı.

En sakin ve en yalnız anlarda bile dopdolu ve mutluyum. Tamamen geri çekildiğimde veya en kalabalık yerlerde bile kendimi sarmalanmış hissediyorum ve şükran duygusuyla dopdolu.

Evrenle iş birliği yapmak, kendi başına didişmekten çok daha kolaydır.

Doğru istemek, benim bütün dünyamı değiştirdi. Benim yaşantımı, gözlem biçimimi, algıladıklarımı, partnerliğimi ve kendime duyduğum sevgiyi.

Her gün, kendime daha çok yaklaşıyorum. Doğru istemek, bana bu konuda yardımcı oldu. Gerçekleşen her dileğimle, hayatımda aslında hangi şeylerin gerçekten önemli olduğunu anladım. Her şeye ulaşabilirsek, her şeyi elde edebilirsek, gerçek dilekleri daha çok incelemeye başlarız.

Sonuçta, aradığımız, daima sevgidir. Sonuçta, bizi mutlu eden hep sevgidir. Kendi kendimize duyduğumuz sevgi ve başkalarına karşı duyduğumuz.

Yazar Hakkında

Pierre Franckh, daha çocukken sahnedeydi ve ilk film deneyimini Helmut Käutner'in "Afacan Oğlanların Hikâyesi"nde yaşadı. 1958'den beri birçok sinema filminde ve iki yüzden fazla televizyon prodüksiyonunda rol aldı ve 2000 yılında "Ve Bu Daha Başlangıç" isimli filmde (Senator Film), ilk senaristlik ve rejisörlük görevlerini de başarılı bir biçimde gerçekleştirdi.

1996'dan beri, daha ziyade yazarlık işlerine ağırlık vermiştir.

Kendisine ulaşabileceğiniz adresi ve daha fazla bilgi için:

www.pierrefranckh.de

Çeviren: Şule Şenkaya

"İstekler gerçek olur.
Her gün, her dakika, her saniye.
Kendimiz için sürekli bir şeyler istenz.
Bilerek veya bilmeyerek.
Buna inansak da inanmasak da. Hatta bunu hiç düşünmediğimiz zamanlarda bile istenz.
Siz, kendiniz için ne istiyorsunuz?"

Pierre Franckh, "Doğru İstersen Olur" adlı kitabında isteklerimizi gerçekleştirmemiz konusunda kendi tecrübelerinden yola çıkarak ipuçları veriyor. Yazar, hayatımızı yönlendiren isteklerimizi gerçekleştirmenin elimizde olduğunu ve "Doğru isteme"yi öğrenirsek neleri başarabileceğimizi, örnekleriyle anlatıyor. Evrene gönderdiği "siparişler"in altını çizerken karşılaştığı diğer durumları da eğlenceli bir dille aktarıyor.

Peki "doğru isteme" nedir?
Beklentilerimizin nasıl sonuçlanacağı bizim elimizde midir?
Elde ettiğimiz sonuçları mucize saymak ne derece doğrudur?
İsteklenmizi doğru formüle edebiliyor muyuz?
Evren, isteklerimize nasıl cevaplar verir?

"Çok çirkinim.", "Çok mutsuzum.", "Asla başarılı olamayacağım." Çoğu zaman bizi esir aldığını düşündüğümüz ve içinde boğulduğumuz, bunun gibi kalıplaşmış cümlelerin hayatımızı nasıl olumsuz bir yöne çektiğini fark edemiyoruz. Bunun üstesinden gelmek için atılacak adım basit:
"Doğru İstersen Olur"

İnternetten satış
www.kulturtv.com.tr
KÜLTÜR TV.COM.TR

ELİPS kitap
ISBN 605-4232-26-4
www.elipskitap.com.tr